



# 食育だより



旭小学校 2013年6月号

梅雨の季節になりましたね。これから夏にかけて気温も湿度もどんどん高くなり、蒸し暑くて過ごしにくい日が増えてきます。特にこの時季からは、食中毒の発生が多くなります。今月は、衛生について、みんなで考えてみましょう。

## てあら こうどう 手洗い行動チェック!

あてはまるものに印をつけてみよう!

- 手を洗うのはめんどうだから、水でちょっと濡らすだけ
- ハンカチを持っていないので、手をふったり洋服でふいているよ
- つめは伸ばしたまま
- 石けんは使うけど、手のひらをこするだけでおしまい
- 友達とよくハンカチの貸し借りをするよ



チェックが多かった人は、手洗いの基本がきちんとできていません。石けんを使って洗い残しがないようによく洗い、きれいなハンカチやタオルでふくように心がけましょう。

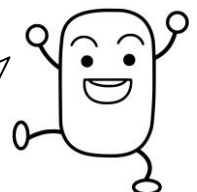
## てあら ★手洗いのポイント★



石けんを使うと汚れや菌が落ちやすくなります。水洗いだけの場合と石けんを使った場合では、手に残っている菌数が違うので、必ず石けんを使うようにしましょう。

上の絵に描かれた部分は、洗い残しが多いので、特に注意して洗うようにしましょう。

かならず石けんで  
あら洗ってね!



メロンのおいしい季節になりましたね。6月18日の給食に、愛知県産の「アンデスメロン」が登場します！メロンのことを詳しく知って、メロン博士になろう！

## 「メロン」いろいろ♪

「メロン」には、あみめもようのあるメロンと、あみめもようのないメロンが、あるんだよ。



### あみめもようのあるメロン



アールスメロンやアンデスメロンなど  
中は、黄緑色やうすい黄色。

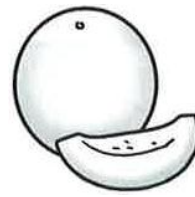


ゆうばりメロンやクインシーメロンなど  
中は、オレンジ色。

### あみめもようのないメロン



プリンスメロンなど  
皮は、うすい黄緑色。  
中は、黄緑色やうすい黄色。



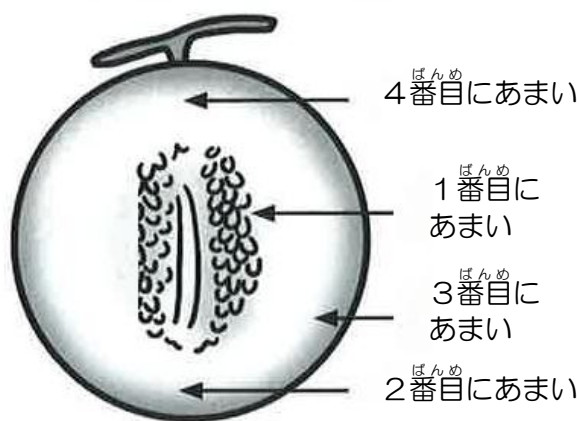
ホームランメロンなど  
皮は、白っぽい。  
中も白い。

## 「メロン」のあまいところは、どこ？

メロンは、切ってから、中にある種を取り除いて、食べますね。そのとき、みなさんはどこの部分が1番あまいと思いますか？

メロンは、種のある付近が、1番あまいのです。そして、2番目にあまいところはメロンの下、3番目がメロンの皮に近いところ、4番目がメロンの上（つるが、ついている側）の順になります。

今度食べるときに、あまさを食べ比べてみると、違いがわかるよ。



食育だより、食育についてご意見ご感想をお寄せください。担任または栄養教諭までお願いします。本年度もよろしくお祈りします。

