

# 給食だより 6月



梅雨の時期は、気温の変化が著しいため、体調を崩しやすくなります。また、湿気の影響から細菌が繁殖しやすい時期です。毎日元気に過ごすためには、3食バランスのいい食事を心がけ、食中毒にも注意するようにしましょう。

## ～ 食中毒を予防しよう！～

### ○ 付けない

- 正しい手洗いをすることが大切です。手の甲、指や爪の間などをしっかり洗いましょう。
- 使用する調理器具は清潔にしましょう。



## 食中毒予防 3原則

### ○ 増やさない

- 調理済みの食品は早めに食べるようになります。保存するときは小分けにし、冷めてから冷蔵庫に入れましょう。



### ○ やっつける

- 調理をする際は、食材の中心まできちんと火が通るようにしましょう。
- 食後の食器は、細菌の繁殖を防ぐため早めに洗うようにしましょう。



その他にも「買った物はすぐ冷蔵庫へ」、「賞味・消費期限のチェックする」、「生ゴミ等は放置せず早めに捨てる」など、食中毒にならないように気をつけよう！

## < イベントニュース！>

毎年、6月の「食育月間」に合わせて開催されている「食育推薦全国大会」が、今年は徳島で開催されます。本大会では、トークショーや展示を通して食への関心を高めるためのイベントです。興味がある方は、ぜひ参加してみてください！

食の力は無限大  
～徳島から未来へつなぐ食育～

第20回 食育推進全国大会  
in TOKUSHIMA

2025 10:00-17:00 10:00-16:00

6/7・8日 [会場]アスティとくしま 入場無料

6/7日 徳島の魚の魅力を届ける  
さかなクントークショー

6/8日 柿谷曜一朗  
& 丸高愛実  
スペシャルトークショー

水田信二の  
SDGs  
クッキング  
ショー

日本を代表する料理人が伝える  
食の魅力と  
未来へつなぐ食

160以上の  
試食・販売・体験  
ブースが大集合！

注目の  
ステージショー  
も盛りだくさん!!

アスティとくしま(会場)に  
一般来場駐車場はございません  
ご来場は無料シャトルバスをご利用ください。

主催:農林水産省、徳島県、  
第20回食育推進全国大会徳島県実行委員会