

給食だより

令和7年度
夏休み号

家庭数

令和7年7月18日

西東京市立栄小学校

栄養士 新井 美有



あしたからいよいよ、夏休みですね。暑い夏休みを元気に過ごすためには、規則正しい生活とバランスのとれた食事が大切です。体調を整えて、楽しい夏休みを過ごしてください。

暑い時期は食中毒に要注意！



食中毒は、細菌やウイルスが付いた食べ物や、有害・有毒な成分を含む食べ物を食べて、腹痛や下痢、吐き気、発熱などの症状が起こることです。1年のうちでも気温や湿度が高くなる6～9月ごろは、細菌による食中毒の発生が多くなる時期で、特に、作ってから食べるまでに時間があるお弁当は、より一層、衛生面で注意が必要です。以下のポイントに気をつけるとともに、食べる前には必ず手を洗いましょう。

お弁当作りの食中毒防止対策



調理のポイント	手をきれいに洗う 	肉以外の食材はよく洗う 	おかずは中心部までしっかり加熱する 	作り置きのおかずも再加熱する
詰めるときのポイント	汁気や水分をよく切る 	仕切りやカップを利用する 	ごはん、おかずは冷ましてから詰める 	なるべくすき間なく詰める
保存のポイント	冷蔵庫や涼しいところに保管して、早めに食べる 		持ち歩くときは、保冷剤や保冷バッグを利用する 	

☆子供たちの様子☆

1年生の生活科の授業で、『きゅうしょくしつのおしごと』というタイトルでお話をさせていただきました。タブレットを活用して、調理や食器の洗浄をしている様子を動画で見てもらいました。授業の最後には、「調理員さんのお仕事って大変だね」「これからも残さず食べる!」といった感想を伝えてくれました。給食室の仕事について具体的にイメージができていと嬉しいです。これからも、より充実した給食時間を過ごせるよう、努めてまいります。



野菜たっぷりカレンダー イラスト大募集

第20回

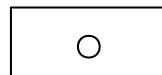
< テーマ > や さ い

(例) 野菜を食べている様子、野菜そのもの、野菜の収穫風景、
できあがった料理など野菜に関するイラストなら何でも OK



<応募方法> ①画用紙（八つ切 270mm×380mm程度）を
横長の向きにしてイラストを描いてください。

用紙は横長の向き



②画材は色えんぴつ、絵の具、クレヨンなど

③イラストは未発表のオリジナルのもの

④作品の裏に保育園名または学校名、学年、氏名を記入(上下の向きに注意)

<応募資格> 西東京市在学の小学生

<応募期限> 令和7年9月12日（金）まで

<応募先> 小学校の栄養士に提出してください。

<選考方法> 西東京市栄養士連絡会で10月に選考します。

<結果発表> 結果は保育園または小学校を通してご連絡いたします。



入選作品は西東京市栄養士連絡会が作成する令和8年(2026年)版の
野菜たっぷりカレンダーに掲載し、ご本人あてにカレンダーを進呈します。

また保育園・小学校や公共機関で掲示し、ホームページに掲載します。

<その他> ①応募作品は各保育園・小学校に返却します。

②保育園名・学校名および氏名をカレンダーに記載します。

③一次審査を通過した作品は、市内の施設で展示します。

<主 催> 西東京市栄養士連絡会