

12月 給食だより



宇都宮市立西小学校
2025年度 第8号

<http://www.ueis.ed.jp/>

[school/nishi/](http://www.ueis.ed.jp/school/nishi/)



今年も残りわずかとなりました。寒さがきびしくなってきましたが、かぜをひいたり、体調をくずしたりしていませんか？体調管理に気を付けながら、寒さに負けず、元気に過ごしましょう。

皆さんはきちんと手を洗っていますか？手を洗うことは、とても大切です。手は色々なものに触るため、見た目がきれいであっても、汚れや細菌、ウイルスなどが付いている場合があります。細菌やウイルスなどによる風邪や食中毒を予防するために、しっかりと手を洗いましょう。

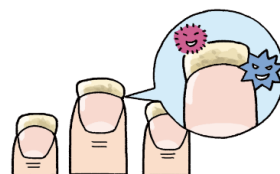
手が菌の運び屋に!?

手はいろいろなものに触れるので、手を介して食べ物や他の人に汚れや細菌、ウイルスなどを移す危険があります。つまり手が菌の運び屋になってしまうのです。風邪や食中毒予防のためにせっけんを使ってしっかりと手を洗うことが大切です。



つめを切ろう

つめと皮膚の間には、多くの細菌が存在しています。この細菌は手洗いで落としにくいという実験結果もあります。清潔な手を保つためにも、つめは定期的に切りましょう。



こんな時は手を洗いましょう



家に帰った時



トイレの後



動物に触った時



鼻をかんだ後



料理をする前



食事の前

給食の前もきれいに

手を洗いましょう！

手洗いの目的は、手から汚れを洗い落として清潔にすることです。目に見える汚れのほかにも、目に見えない細菌やウイルスなどが付いていることがあります。体内に細菌やウイルスを持ち込まないように、しっかりと洗うことが重要です。

宇都宮市では学校給食の放射性物質検査を実施しています。

宇都宮市内の小中学校の検査結果はホームページで見ることができます。

<http://www.city.utsunomiya.tochigi.jp/oshirase/19078/019065.html>

西小の給食に使用している食材の産地は校内(南校舎2階廊下職員室前)に掲示してお知らせしています。

給食だより・毎日の給食写真は学校のホームページに掲載されています。<http://www.ueis.ed.jp/school/nishi/>

ご覧になりましたら、投票するボタンを押して投票してください。