



# 食育&給食だより

(お家の人と一緒に読んでね)

12月は「師走」(しわす)、僧侶がお経をあげに東西に忙しく走り回るため、「師馳す」が語源とも言われています。今月はクリスマスや大晦日と楽しいイベントが待っています。慌ただしい毎日となりそうですが、子どもにお手伝いをしてもらいながら、思い出に残る時間を過ごしてほしいと思います。特に食に関する事は、子どもにとって良い食育の機会ともなります。

## 冬を健康に過ごそう！

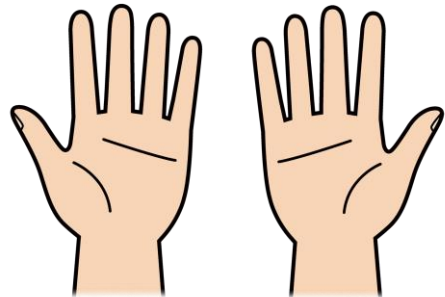
今年はインフルエンザが猛威を振るっています。インフルエンザに感染しないためにも、帰宅時の手洗いや食事前の手洗いをしっかり行いましょう！

手には見えない  
汚れがいっぱい！

きれいに  
手を洗おう



手には目に見えない菌や汚れが  
付いているよ

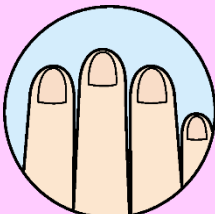


おうちの人と  
確認しながら  
洗うといいね！

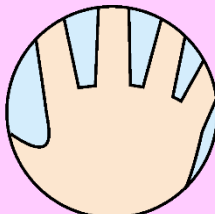
注意

## 洗い残しやすい四つのポイント

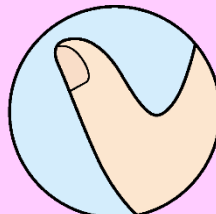
指先



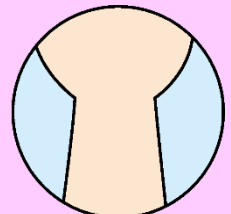
指と指の間



親指



手首



洗い残しやすいところは特に注意して、丁寧に洗うようにしましょう。

