

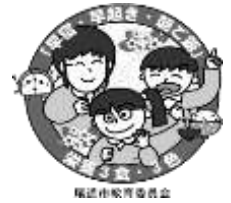
きゅうしょくだよい

尾道市教育委員会

6月

「食育の日」・毎月19日は「感謝・完食」の日（残菜ゼロの取組）

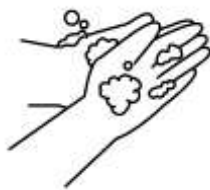
（令和7年度）



梅雨の時期がやってきます。この時期は気温が高くなり、じめじめした湿度で食中毒の原因となる細菌などが活発になります。そのため、食事などを通じて体調を崩す原因になることもあります。

私たちの手には、色々な物に触れるため、目に見えない細菌やウイルスなどがついています。毎日を元気に過ごすためにも、石けんを使ってしっかり手を洗い、身のまわりを清潔にして過ごしましょう。

きれいに手を洗おう！！



①手のひらで、石けんを泡立てます。



②手のこも、こすって洗います。



③指を一本ずついねいに洗います。



④爪の間に洗います。



⑤手首を洗います。



⑥石けんが残らないよう流水で洗い流しましょう。

洗い残しやすい4つのポイント

ゆびさき
指先



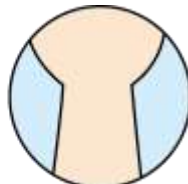
ゆび ゆび あいだ
指と指の間



おやゆび
親指



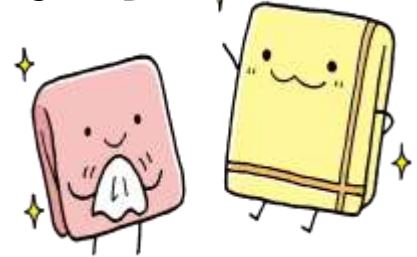
てくび
手首



洗い残しやすいところは特に注意して、ていねいに洗うようにしましょう。

手洗いの後は
清潔なハンカチで

ふこう



外から帰った時やトイレの後、給食時間の前など、汚れや細菌の洗い

残しが多い部分は特に注意して洗いましょう。