

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6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。

手をきれいに洗いましょう！



①手のひらで、石けんを
あわだてます。



②手のこうも、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。

ここをチェック



部分が洗い残しやすいところですよ。

指先や爪の間

指の間

手のしわ

手首

親指のまわり

清潔なハンカチやタオル
で、水分をしっかりとふき
とりましょう。



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

残しやすい部分は特に注意して洗いましょう。