

# 食中毒を予防しよう

梅雨の時期は、ジメジメした日が続きます。さらに、夏が近づき気温が上がっていくと、細菌が増えやすくなり、食中毒が起こりやすくなります。予防のためにも、食事の前にはしっかりと手を洗うなど、衛生に気をつけましょう。

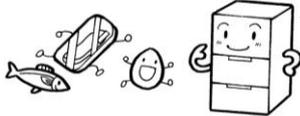
## ～食中毒予防の3原則～

### 菌をつけない



手をしっかり洗い、きれいなハンカチでふきましょう

### 菌をふやさない

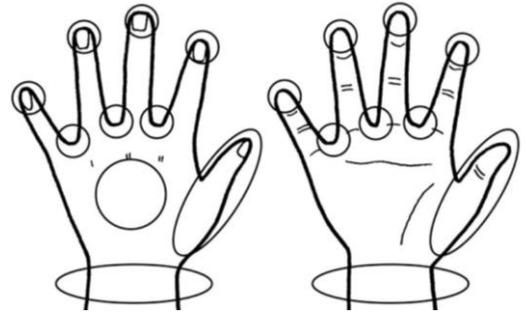


買ったものは、すぐに冷蔵庫に入れましょう。

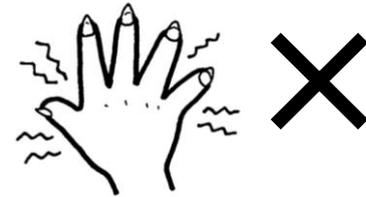
### 菌をやっつける



調理するときは、よく加熱しましょう。



○で囲んだ部分は洗い残しが多いところ  
です。気をつけて洗いましょう。



つめは伸びていませんか？つめは短く  
切りましょう。

## 6月は、『彩の国ふるさと学校給食月間』です！

埼玉県や蕨市でとれる食材や郷土料理などを通じ、ふるさとへの愛着を深めようという目的があります。6月の献立の一部を紹介します。

### 【9日】

**かれのいの木の芽香る甘酢あんかけ**…蕨の農家さんが作った『木の芽（山椒の葉）<sup>さんしょう</sup>』を使います。  
**のらぼう菜と油揚げの煮びたし**…「のらぼう菜」は飯能市や小川町で栽培されている野菜です。  
**わらびを食べるスープ**…蕨市で生産されている「大根」、「白菜」、「長ねぎ」を具に入れました。

### 【10日】

**ゼリーフライ**…埼玉県行田市の郷土料理です。形が銭（小判）<sup>ぜに ことばん</sup>に似ていることから、「ゼニーフライ」が、「ゼリーフライ」になったとされています。

### 【24日】

**里いもコロッケ**…埼玉県産の里いもを使ったコロッケです。  
**小松菜サラダ**…埼玉県は小松菜の生産量全国1位です。  
**つみっこ**…すいとんが入った埼玉県本庄市の郷土料理です。練った小麦粉を「つみとる」という意味の方言から、その名が付けられました。  
**彩の国納豆**…埼玉県産の大豆で作った納豆です。粒が大きいのが特徴です。

