



給食だより 12月号



冬が旬の食材についてどれくらい知っているか、クイズに挑戦してみてくださいね。

上尾市立上平小学校 令和6年 11月 29日 発行

手洗いは感染症予防の基本です！

気温が低くなり、冷たい水で手を洗うのがつらい季節です。いろいろな物に触れる手は、きれいに見えても、細菌やウイルスなどがたくさん付いています。自分自身の感染を防ぐとともに、周りの人へ感染を広げないために、こまめに手を洗いましょう。



手洗いのポイント

せっけんをつけ、こするように洗います。

汚れの残りやすい部分は念入りに。

流水でしっかりと洗い流し、清潔なタオルなどで水分を拭き取りましょう。



水分が残っていると手荒れの原因になります。

手荒れがあると、手洗いがおろそかになったり、細菌やウイルスが付着しやすくなります。乾燥が気になるときは、保湿剤をこまめに塗りましょう。



右ページ冬の食べもの3択クイズの答えになります。

こたえ

Q1=③ [①と②は根の部分] Q2=③ [①はチンゲンサイ、②はほうれん草]

Q3=② Q4=① Q5=② 鱈(タラ) [①は鮫(コノシロ)、③は鰯(ホッケ)]



冬の食べもの3択クイズ



Q1 次のうち、くきの部分を食べる野菜はどれ？

- ① にんじん
- ② だいこん 大根
- ③ れんこん

Q2 次の葉物野菜のうち、小松菜はどれ？

- ①
- ②
- ③

Q3 ごぼうやにんじん、ねぎなどの冬野菜は、体にどんな働きをしますか？

- ① 体を冷やす
- ② 体を温める
- ③ 背をのぼす

Q4 次のうち、木にならないものはどれ？

- ① いちご
- ② りんご
- ③ みかん

Q5 タラは魚鱈に何という漢字を書くでしょう？

- ① 冬
- ② 雪
- ③ 花