

給食だより 9月

9月1日は防災の日です。また、この日を含む1週間(8月30日～9月5日)は、防災週間と定められています。災害はいつ起きるかわかりません。この機会に家族で備蓄について話し合い、家にあるものを見直して災害に備えましょう。

各家庭に合った備蓄の方法

<p>①家にある食品をチェック</p> 	<p>②家族の人数や好みに応じた内容や量を決める</p> 
<p>③足りないものを買いつくす</p> 	<p>④賞味期限前に食べて、食べた分を買いつくす</p> 

家庭備蓄の食品の量は、「一人最低3日～1週間分×家族の人数」が望ましいといわれています。備蓄食品には、災害時に使用する「非常食」と、日常的に使用しながら、災害時にも使用できる「日常食品」があります。「日常食品」を多めにすると、常に一定量を備えることができます。家族で家にある食品を見直して、栄養バランスや使い勝手、好みなどを考えて食品を選びましょう。

災害時の手洗い

水が使える時は、石けんを使って丁寧に洗います。水が使えない時は、ウェットティッシュなどで汚れを落としてから、アルコール消毒液を手全体にすり込みます。



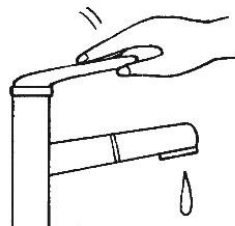
SDGs

水を大切に使うためにできること

水を流しっぱなしのまま使用すると、30秒間で約6L、5分間で約60Lが流れてしまうこととなります。限りある水を大切にするために、日頃から節水を心がけましょう。

※出典 東京都水道局HP

洗面・手洗い



蛇口はこまめに開閉します。

歯みがき



口をゆすぐ時は、コップを使います。

食器洗い



食器の汚れは、古布などでぬぐってから洗います。