

別紙資料

# 学校給食を安全においしく食べよう

食べ方によっては、食べ物がのどにつまり、息ができず苦しい思いをしてしまいます。給食を安全においしく食べられるよう、食べ方のポイントと、のどにつまりやすい食べ物を紹介します。



## 安全な食べ方のポイント

①食べやすい大きさに  
して食べよう



②よくかんで食べよう



③水分をとりながら  
食べよう



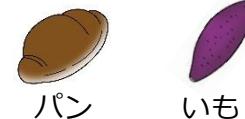
④口の中にたくさん食べ物  
をつめこまずに食べよう



## のどにつまりやすい食べ物

丸くて、つるつとした食べ物や水分の少ない食べ物は、のどにつまりやすいため、注意して食べましょう。

### 水分の少ない食べ物



### 小学校からの給食で初めて提供する食べ物

