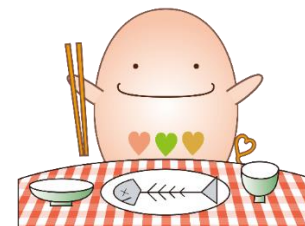


# がっこうきゅうしょく あんぜん 学校給食を安全に楽しく食べよう

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。  
給食を安全に楽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



パン



いも

小学校からの給食で初めて提供する食べ物



うずらの卵



せつぶんまめ  
節分豆



はなみ  
花見だんご



つきみ  
月見だんご



こめこ  
米粉だんご・玄米だんご



かしわもち



ぜんざい