

6月 給食だより

令和7年 6月 2日
甲南立正保育園

梅雨に入るとジメジメとした蒸し暑い日が続く、子ども達の食欲も衰え気味になってきます。体調を崩さないようにご家庭でも子ども達の様子には目を配り、毎日の食事・水分補給に十分気を付けてあげてください。また、この時期は気温、湿度共に高くなり、カビが発生しやすく食中毒がおこりやすくなります。ご家庭でも、こまめに手洗いをし食品の保存、消費期限などにも注意しましょう。



食中毒の発生しやすい季節です！

食中毒とは、細菌やウイルスなどの有毒な物質がついた食べ物を食べて、下痢や腹痛、吐き気、発熱などの症状がおこる病気の事です。原因物質や症状はさまざま、1年を通して発生していますが、夏場は特に細菌による食中毒が多くなります。時に命に関わる場合もありますので、「食中毒予防の三原則」を守り、予防に努めることが大切です。



—食中毒予防の三原則—

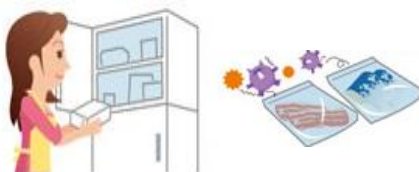
《つけない》

- 手をきれいに洗う。
- 調理器具は清潔なものを使用する。
- 野菜や果物は流水で洗う。
- 生の肉や魚がほかの食べ物と接触しないようにする。
- 加熱しないで食べるもの(生野菜など)から取り扱う。



《ふやさない》

- 生ものや作った料理は、できるだけ早く食べる。
- すぐに食べない場合は、冷蔵庫や冷凍庫で保管する。



《やっつける》

- 加熱が必要な食品は、中心部までしっかりと火を通す。
- 生の肉や魚を切った包丁、まな板はきれいに洗い、塩素系漂白剤や熱湯で消毒をする。



手洗いは、食中毒や病気予防の基本です!!



食中毒、風邪、感染症などは目に見えない小さな細菌やウイルスが体の中に入ることによって感染します。いろいろなものを触る手には、細菌やウイルスが付くやすいため、こまめな手洗いは病気予防の第一歩です。

●六つのポーズ●

花王提供



せっけんを使って丁寧に洗い、清潔なハンカチやタオルで水分をふきとりましょう。



☆6月の食育教室では、子ども達に正しい手洗いの方法と洗い残しチェックを行う予定です。