



きゅうしょくだより

令和元年 6月3日
八千代保育園



お家で予防！食中毒

季節を問わず毎日気を付けたい食中毒ですが、気候もあたたかくなり、梅雨を迎えるこの時期は湿気も多く、菌やウイルスなどの増殖に適した季節となります。

★食中毒って？★



食中毒とは一般的に「飲食物を摂取した事が原因で起こる急性胃腸炎症状」の事を言います。発生件数の9割以上を占めるのが「細菌性食中毒」です。

主な原因菌…サルモネラ属菌・腸炎ピブリオ・黄色ブドウ球菌・腸管出血性大腸菌(O157)など

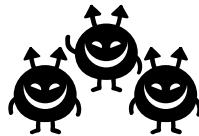
食中毒を防ぐ3つのポイント

食中毒菌を…

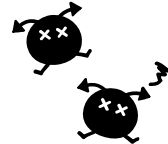
①つけない！



②増やさない！



③殺す！



- ①調理前は必ず手を洗い、途中トイレに行ったり顔を触ったりした後もしっかり手洗いします。
- ②生肉や生魚を切った包丁やまな板は必ず洗ってから他の食品を切ります。
- ③加熱調理する時には、中心温度75℃で1分以上、十分に加熱します。
- ④食卓につく前にも手を洗います。
- ⑤温かい料理は65℃以上、冷やして食べる料理は10℃以下にします。
- ⑥残った食品はきれいなお皿などに保存し、時間が経ちすぎたら思い切って捨てましょう。



6月は食育月間です

食育とは…（平成17年6月制定、食育基本法・前文より）

- ・生きるうえでの基本であって、知育、徳育、体育の基礎となるべきもの基礎となるべきもの
- ・さまざまな経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てること …となっています。

保育園では食育として、日々の給食をおいしく楽しく食べることや、野菜に触れる、育てる、料理をつくる…といった活動を行っています。

今年度は日々の給食でも大切にしている「だし」に注目した活動を行ないます。

6月21日（金）、株式会社になべんの食育担当の方に、様々なだしのお話や、かつお節の削り方を教えてもらいます。お楽しみに♪

