

6月 きゅうしょくだより 令和2年6月1日 八千代保育園

梅雨の季節になりました。しとしとと雨が降り続け、湿気と暑さでじめじめした日が続く、食中毒を起こす細菌が活躍する季節です。細菌は食べものに付くとあっという間に増えて食中毒の原因となります。そのスピードは、1つの細菌が2時間後には約400倍にもなるといわれています。

近年の食中毒発生状況を見るとノロウイルスの影響で冬場の発生件数が非常に多くなっていますが、夏場は細菌性の食中毒が多く発生しますので油断は大敵です。

予防のためには、食事や調理の前、動物と遊んだ後や外遊び後などには石けんでしっかり手を洗うこと、調理の時には食品を十分に加熱すること、生肉は食べない等、日頃から気をつけるようにしましょう。

食中毒菌と主な原因食材

腸管出血性大腸菌(O-157)…多種の食品

腸炎ビブリオ…魚介類

サルモネラ…肉、卵

カンピロバクター…食肉(主に鶏)

黄色ブドウ球菌…おにぎり、サンドイッチ等



イタタタ



☆お家でやってみよう☆



家で過ごす時間も増えて、今日はどんな事をして子どもと過ごそうかなと悩んでしまう方も多い今の時期…そんな時だからこそできる、園でもやっている食育活動をご紹介します！

♪ピーマンの種取り(全クラス向け)

半分に切って中の種を取ってもらいましょう。ちょっと苦手なピーマンもお手伝いすることで興味を持ち食べる意欲にもつながります！

♪野菜スタンプ(全クラス向け)

小松菜の根っこ、ピーマンの頭の部分、たまねぎのおしりの部分、オクラなどなど。包丁で切った断面に絵の具を塗って紙にポン！キレイにスタンプできるのでペタペタ楽しむのも良いかと思えます。

♪枝豆のさやもぎ(幼児さん向け)

枝についた枝豆をもぐのはなかなか力がいらしますが園では楽しく行えています。旬の今の時期こそ枝付きをスーパーなどで発見したら挑戦してみてください。

♪ブロッコリーほぐし(幼児さん向け)

大きさ、硬さによっては力がいる作業ですが、パキッ！ポキッ！と音まで楽しい食育です。難しいようなら大人が少し割いておいてあげるとやりやすいです。

他にもきのこを割いたり、旬の新ごぼうを洗ったり…身近な食材でちょっとやってみてはいかがでしょうか☆

