

# 給食だより

白岡(西・千駄野・高岩)保育園  
令和4年6月発行



じりじりと真夏のような太陽が出るかと思えば、肌寒く冷たい雨の日も……。6月の天気は気まぐれですね。

天候が変わりやすいこの季節は体調を崩しがちです。しっかり手洗いをし、身近な衛生に気をつけていきましょう。食中毒を起こしやすいこの時期、ご家庭でも食べ物だけでなく毎日の健康管理に心がけてください。

## 食中毒に気をつけよう



この時期、食中毒のニュースがよく聞かれます。食中毒とは、食べ物を介して体に取り込まれた病原微生物や有害物質により引き起こされる病気です。味、においなど外見的变化では、わからない場合も多いので、日頃から予防に努めましょう。

生ものはなるべくとらず、十分加熱して、食べるようにしましょう。



調理したものは、なるべく早めに食べ、残ったものも冷蔵庫で保管し早めに食べましょう。



調理前には必ず手を洗い、調理器具は常に清潔に保ちましょう。野菜や果物はよく洗いましょう。



消費期限のあるものは、よく確かめて買いましょう。

### 消費期限



ペットボトル飲料は、飲みきれのサイズのものを選び、開封したら早めに飲みきりましょう。



変だと感じたものは、食べないようにしましょう。



## 食育レポート

今月は手洗いについて食育を行いました。蛍光塗料とブラックライトを使い、きちんと手が洗えているかを確認！青白く光っている所が、洗えていないところだよ。と伝えると

首をかしげて「ちゃんと洗ったのにな」  
6つのポーズでしっかり手洗いを覚えて  
最後はきれいに洗えるようになりました。



6つのポーズでしっかりあらおう

