

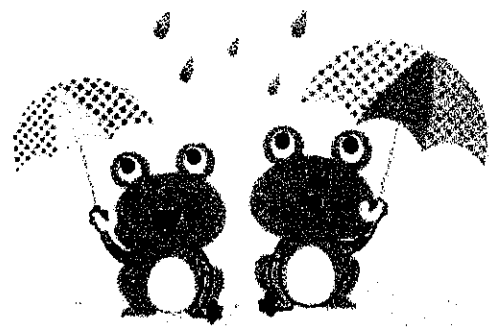


# 食育だより No. 3

平成 29年 6月 1日 みなみひの保育園

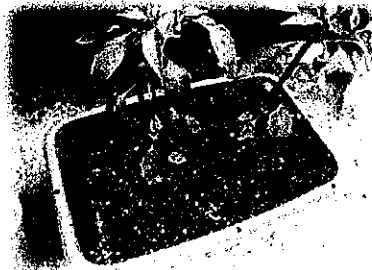
梅雨の時期に入りますこのころから次第に暑くなり湿気なども多くなってきます。  
食中毒に注意が必要になってきます。食中毒の予防には、①しっかり加熱 ②できたらす  
ぐに食べる ③冷蔵庫で保存など食品の管理に気を付けましょう。

## 食中毒とは？

食中毒は細菌やウイルス、毒素が食品と一緒によ体内に侵入し、腹痛、下痢、嘔吐、発熱などの症状を起こすことをいいます。乳幼児は抵抗力が弱く、重症化することもあります。食中毒の主な原因となる細菌は“じめじめ”した梅雨や気温の高い夏に増殖しやすいので、この時期は特に注意が必要です。味、匂いに変化はなく、気づかずに食べてしまった…ということもあるので、きちんと予防し、食中毒を起こさないよう注意しましょう。



ピーマン、きゅうり、ミニ南瓜、パプリカ、茄子の苗を植えました。  
大きく育て収穫できることを楽しみにしている子どもたち  
収穫したら美味しく食べたいと思います。



### 今月のお誕生日メニュー

- てんぷら丼
- ぶどうのカクテルゼリー
- 高野豆腐
- 牛乳
- すまし汁
- フルーツ

