

## 食中毒を予防しよう

食中毒と言うと、飲食店や給食施設などでの食事が原因と思われがちですが、家庭の食事でも食中毒は発生します。普段当たり前に行っている事でも、この時期の高温多湿の状況の中では食中毒菌を増やす行動に繋がってしまっている事があります。

また、家庭での発生は初期症状が軽かったり、発症する人数が少ないことから風邪や寝冷えなどと思われがちで、食中毒と気付かず、後に重症化してしまう事もあります。

梅雨に入るこの時期に、食中毒予防の三原則である「菌を①つけない②増やさない③やっつける(殺菌)」を踏まえて家庭でできる食中毒予防のポイントをチェックしてみましょう。

※厚生労働省HP「家庭でできる食中毒予防の6つのポイント」パンフレットより

**point 1 食品の購入**

- 買物しないのでおまかせ
- 消費期限などの表示をチェック
- 肉魚はそれぞれ分けて包む
- できれば保冷剤(氷)などと一緒に

**point 2 家庭での保存**

- 買った後すぐ冷蔵へ!
- 入れるのは冷蔵室に
- 冷蔵室は10℃以下に維持
- 冷凍室は-15℃以下に維持
- 肉・魚は汁がもれないように包んで保存
- 冷蔵庫に肉類を長時間入れておかない

**point 3 下準備**

- 冷蔵庫の扉を開けず
- タオルや布類は洗濯してから交換
- 調理器具は洗剤で洗う
- 肉魚を洗った後、熱湯をかけておく
- 肉魚を生で食べるものから離す
- 調理器具は洗剤で洗う
- 肉魚を洗った後、熱湯をかけておく
- 肉魚を生で食べるものから離す

**point 4 調理**

- 調理器具は洗剤で洗う
- 調理途中であまり長時間放置しない
- 調理器具は洗剤で洗う
- 調理途中であまり長時間放置しない

**point 5 食事**

- 食事の間に手を洗う
- 調理器具は洗剤で洗う
- 調理途中であまり長時間放置しない

**point 6 残った食品**

- 時間が経ち過ぎたら、ちょっとでも臭いと思ったら、処分して捨てる
- 手洗い、清潔な容器で保存
- 食後に手を洗う
- 湿気や虫がつかないように、早めに処分する(おおよそ24時間以内)
- 早く食べるように小分けする

給食室でも衛生管理に一層気を付けながら、給食の提供をしていきます。

## みんなの様子

### ちゅうりっぷ

これが食べたい、これは嫌だと主張したり、気に入った食べ物があつた時は笑顔を見せたりしてくれました。楽しい雰囲気でもミルクや離乳食を食べられるよう配慮していきます。

### さくら

各々が、自分のペースで楽しく食事の時間を過ごしており、頑張ってる Spoon で食べようとするも、口に運ぶ間に落としたり上手く口に入らず、食べ物がなくなった? と不思議がる様子がとてもかわいかったです。

### すみれ

巡回をしていると呼び止められ、「見てー!」と野菜を食べる姿を見せてくれました。一口食べるたびに得意気な顔をみせてくれるので、たくさん褒めて、意欲を育てて行けたらと思います。

### ひまわり

ひまわり組はとてもよく食べるので、給食室一同もとても嬉しいです。完食したり、おかわりをしてくれる日もたくさんあります。たまに苦手な食べ物に苦戦する事がありますが、頑張ろうとする様子が見受けられます。

### あさがお

食器に手を添える事や、食具の持ち方の意識が高まっていて、巡回時には「こうやって持って食べるんだよ」と持ち方を教えてくれたり、こぼさず食べられたことを教えてくれました。興味があるようなので、簡単なマナーも巡回時などに伝えていきたいと思います。

### ゆり

「これには何の野菜を使ってるの」「誰がつくった(切った)の?」と給食に関する質問をたくさんしてくれます。給食はもちろん、作っている人に関心を向けられるところは、さすが年長さんだなと感じました。

## 5月のお誕生日会



- お昼
- ・ハンバーガー
  - ・野菜ソテー
  - ・トマト
  - ・豆腐のみそ汁
  - ・バナナヨーグルト

- おやつ
- ・カレーうどん

ひまわり・あさがお・ゆり組さんたちはハンバーガーを提供しました。すみれ・さくら組さんは食べやすさを考慮して、パンに挟まず、ハンバーグの形で提供しました。ケチャップで描いたアンパンマンの顔をとても喜んでくれました。

普段の給食では出ないバナナヨーグルトも人前で、「これ美味しいね!!」と言いながら食べていました。

おやつのカレーうどんはボリュームがあり、おつゆまで完食する子は少なかったですが、良く食べていました。