



梅雨が明けると夏も本番となります。気温が徐々に高くなり暑さが本格的になる頃は、子どもたちの食欲が低下し、水分ばかりを取りがちです。

保育園では、うさぎ組さんは給食の時間におにぎり作り。ぱんだ組さんは、お米を洗い部屋で炊いたご飯にルーをかけ、ハヤシライスに！きりん組さんは、ホットプレートを使用してのホットケーキを作りました。子どもたちは、自分の手で作ることが嬉しくて、美味しさも格別だったようです。ご家庭でも一緒に料理を作ることで食材に触れる機会が多くなり、食事に関心が持てるようになるかもしれませんね。

### 保育園の夏野菜すくすく育っています！



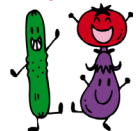
- ・なす
- ・きゅうり
- ・ピーマン
- ・ミニトマト
- ・おくら
- ・えだまめ
- ・とうもろこし
- ・スイカ
- ・さつまいも
- ・ゴーヤなど

☆おくら、えだまめ... きりん組が育てたい野菜を話し合い、種まきをしました。毎日水遣りをして、とうもろこし 芽が出たときは大喜び。成長を楽しみに栽培をしています。

☆きゅうり..... 子どもたちに大人気のきゅうり。育てている野菜の中で、子どもたちの食べたいという思いが届いているのか一番立派に成長しています。塩をふった採れたてきゅうりが待ち遠しいです。

☆さつまいも..... ブランター、苗袋で育てています。日に日に葉も増え茂ってきました。今年は（今年こそ）大きなさつまいもができますように！

☆すいか..... 毎年期待する姿になるものの...今年こそはみんなで味わえるすいかに成長しますように！



ピーマン、なす、ミニトマト、ゴーヤも。夏野菜ピザでおいしく食べられるのが楽しみです。

### 食中毒に関するはなし...

食中毒は一年を通じて発生しますが、6月から9月にかけてもっとも多く発生する時期となります。これは、高い気温と湿度のため、食べ物が痛みやすくなることと、暑さのために抵抗力が落ちてしまうことが原因と考えられます。

#### \*食中毒予防の三原則と予防のポイント\*

##### <細菌をつけない>

- ①石けんを使ってきちんと手を洗いましょう。
- ②まな板、包丁は最初だけでなく、肉や魚を切った後もよく洗いましょう。

##### <細菌を増やさない>

- ①調理した後は時間が経つほど菌が増えやすくなるので、すぐに食べるようにしましょう。
- ②買った食材は、冷蔵庫にしまうなどして、正しく保管しましょう。

##### <細菌をやっつける>

- ①肉や魚は中心までしっかり加熱する。
- ②肉や魚、卵を使った後の調理器具は洗剤で洗ってからさらに、熱湯をかけて殺菌すると、より効果的です。

#### ★給食室では、こんなことにも配慮しています！

- ◆加熱した食材の温度を測定しています。(中心温度計で90℃1分以上の加熱を徹底しています。)
- ◆生野菜は出しません。全ての野菜には、焼く、煮る、茹でるなど火を通してあります。
- ◆手洗いの徹底  
食品を触ったらその都度手を洗い、ペーパータオルを使って拭きます。また、アルコール消毒もしっかり行っています。