

6月

給食だより

稲田保育園

平成27年6月

そろそろ梅雨の時期が近づいてきました。気温も湿度も高くなり、子どもたちの食欲にもむらが出ることもあります。今月はプール遊びも始まりますし、蒸し暑さで体力も消耗しますので、朝食をしっかりと食べさせて登園してください。ジメジメとした梅雨の時期も元気に過ごしましょう。



食中毒が増える季節です



気温や湿度が高くなってくると増えるのが食中毒です。特に6月～9月にかけては細菌性の食中毒の発生が多くなります。大人に比べ乳幼児は抵抗力が弱いこともあり、同じものを食べても子どもだけ食中毒を発症することがあります。保育園でも衛生面には十分気を付けています。ご家庭でもよろしくお願いします。

食中毒から身を守るポイント・・・(菌を) つけない・ふやさない・やっつける

食材の購入・保存



- ・消費期限などを確認する。
- ・肉や魚は汁がでないように個別にビニール袋に入れる。
- ・帰宅後はすぐに冷蔵、冷凍庫に入れ保管する。(冷蔵庫10℃以下、冷凍庫マイナス15℃以下)

食事



- ・食べる前には石鹸で手を洗う。
- ・清潔な食器に盛り付ける。
- ・料理は長時間室内で放置しない。

下準備・調理



- ・調理前は石鹸で丁寧に手を洗う。
- ・台所は清潔保つ。特に布巾やタオルは頻繁に清潔なものと交換する。
- ・野菜や生で食べる果物は流水で十分洗う。また、生肉や魚、卵を触った後は手を洗う。
- ・生肉や魚を切った後に果物やサラダ、調理済みの物を切らない。(用途別が望ましい)
- ・肉や魚は十分に火を通す。
- ・調理を一時中断する場合は細菌の付着、増殖を防ぐために冷蔵庫で保管する。

残った食品の扱い・後片付け



- ・残った食品は速く冷えるように小分けにして、清潔な容器に入れ冷蔵庫などに保管する。再び食べる際は十分に加熱する。
- ・保存した食品が少しでも怪しいと思ったものは食べずに捨てる。
- ・まな板や包丁、布巾は必ず洗剤で洗い熱湯消毒や、定期的に漂白剤による殺菌をする。
- ・水分があると細菌が繁殖しやすくなるのでよく乾燥させる。(スポンジも洗ってよく水を切る)

外食時や調理済み食品を購入した場合

- ・生食または、生焼け状態のメニューは控える。
- ・焼肉や鉄板焼きの場合、生肉や魚介を扱う箸と食べる用の箸は使い分けるか、トングを使う。
- ・焼肉や鉄板焼きは中心部まで十分火を通し、付け合せの野菜など生肉や魚に触れているので十分に加熱する。
- ・食べ残ったものは持ち帰らない。
- ・惣菜や弁当などの調理済み食品はできるだけ早めに食べる。室温で2時間以上放置しない。



食事の時だけでなく、動物に触った後や、外から帰ってきたらすぐに手を洗いましょう。子どもは多くの物に興味や関心を持ち触ったりしますので、汚れた手でいろんな所に触れ汚染することを防ぎましょう。