



食育だより



令和5年6月19日
神拝保育園
栄養士 高橋 佳奈子

梅雨に入り、じめじめと蒸し暑い日になることが多くなりました。気温も湿度も上がるこの時期は、食中毒が起こりやすくなります。食中毒が重症化すると、命に係わることにもなりかねませんので、食事の準備の際などには予防を心がけましょう。もちろん、園の給食もしっかり食中毒予防に努めます。

食中毒 予防の 3原則

①つけない



- ・調理、食事の前に正しい手洗い！
- ・食材、調理器具はよく洗浄！

②増やさない



- ・よく冷やして保存！
- ・調理済みの食品を室温で放置しない！

③やっつける



- ・加熱食品は中心部までしっかり加熱！
- ・調理器具は洗浄後熱湯や漂白剤で殺菌！



アンケートの ご協力 ありがとうございました

お忙しい中5月の食育だよりと一緒に配布した食育アンケートへのご協力、ありがとうございました。93%のご家庭に回答をいただきました。集計結果を園のホームページと各クラス前に掲示してご報告します。ご覧ください。今後の給食や食育活動へ活かしていきたいと思っております。



じゃが芋と 玉葱の収穫を しました

5月23(火)に年少児(うめ・ひまわり組)がじゃが芋掘りに、29(月)に年中児(もも・さくら組)と年長児(すみれ・ゆり組)が玉葱の収穫に畑に行きました。また、プランターで育てていたじゃが芋を2歳児(ちゅうりっぷ黄・赤組)が収穫してくれたり、たくさん収穫体験ができました。



みんなで収穫する楽しさや、自分で収穫できた時の嬉しさなど、収穫体験は特別になったようで、「収穫楽しかった〜!」「いっぱいとれたね〜!」などの声がたくさん聞こえました♪収穫では野菜や土の感触や匂い、畑にいる虫などたくさんのお話を観察して学べます。普段は苦手意識のある野菜でも、自分で収穫した野菜ということで、ちょっと食べてみようかなという気持ちが芽生えたり、食べられなくても、楽しかった収穫体験が野菜に興味を持つきっかけになると考えています。今後も各年齢に応じて、楽しく野菜に触れ合っていきたいと思っております。



次は年少・年中・年長児がさつま芋のつるさしをします。秋のさつま芋収穫をおたのしみ♪