



食育だより



～認定こども園どんぐりの家・保育園ゆりかごの家～

令和7年7月号

7月になりました。いよいよ子どもたちの大好きな水遊びがはじまります。

みなさん、体調はいかがですか？

この時期は食中毒の危険性が高くなるので

食材の管理や保存も食事前の手洗いも、しっかり行いましょう。

手洗いの際のワンポイントがあります。

給食の時間だけでなく、家庭でも参考にしてみてください。

Q. アルコールで消毒すれば手洗いをしなくてもよい？

A. アルコール消毒は、石けんを使った手洗いのかわりにはなりません。手洗いの方法によるウイルスの除去効果を調べた研究では、アルコール消毒よりも、石けんを使って手を洗った方が、よりウイルスを減らせることが示されています。石けんを使った手洗いとアルコール消毒を合わせて行うとより効果的です

こんなときは手を洗いましょう



家に帰った時



トイレの後



食事の前



動物にさわった時



はなをかんだ後



料理をする前



夏野菜の収穫

大きなきゅうりやなす、トマトなどを給食室に持って来てくれて「穫れたよ～！」「お料理お願いします！」と元気よく渡してくれます。

苦手な野菜も、自分たちで収穫したらパクパク食べてくれます。

今年もたくさんの夏野菜が収穫できています。

育てた野菜で調理計画もしているので、楽しみにしててくださいね！



食育教室の様子



お箸の正しい持ち方の勉強をしました。

お箸を1本だけ持って練習したり、手首を動かさずにお箸を上下してみたり、実際にコットン球や豆を掴んで練習しました。指先を意識して動かすのは難しそうでしたが、あきらめず真剣に取り組んでくれました。



本格的に暑くなる前に、水分補給をすることの大切さや適した飲み物を

パネルやクイズ形式で勉強しました。大きな声で答えてくれたり、周りの子と確認して盛り上がったりと楽しく学んでくれました。また、おうちでもどんな飲み物がいいのかが聞いてあげてください。