

6月は蒸し暑く、食中毒菌が繁殖しやすい季節です。
衛生管理の徹底と体調管理に気を付けましょう。



<給食目標>

衛生管理の徹底を図る

配慮事項

- 「歯と口の健康」の大切さを伝える。
- 食中毒予防を徹底する。

食中毒に注意！毎日の調理や家庭での食中毒予防を見直しましょう

食中毒菌・ウイルスの主な性質

- ① 35℃前後の高温、多湿、栄養豊富な環境で急速に増殖するものが多い。
- ② 低温環境では増殖のスピードが遅くなる。
- ③ 90℃以上の熱で死滅する菌・ウイルスもいる。
- ④ 冷凍しても菌・ウイルスは死滅(失活)しない。
- ⑤ 増殖するときに毒素を作る菌がいる。
- ⑥ 菌・ウイルスに汚染されていても、においや味はほとんど変化しない

衛生管理のポイント

1. 食中毒菌を食品に「つけない」

- ・適切な手洗い
食事前や調理前、非加熱食品に触れる時、トイレの利用後などは特にしっかりと行いましょう。
- ・器具の洗浄
特に、肉や魚を切った包丁・まな板、肉や魚を扱った後のシンクはしっかりと洗浄しましょう。
- ・食材の洗浄
野菜はよく洗い、生で食べる食材は清潔な場所に置くようにしましょう。
- ・適切な保存
買い物袋の中や冷蔵庫等で保管中の食品の相互汚染防止の工夫をしましょう。
- ・健康管理
調理を行う人が食中毒にかかると、感染を広げてしまう可能性があります。

2. 食品についてしまった食中毒菌を「増やさない」

- ・温度管理
常温での放置はとても危険です。細菌がどんどん増えてしまいます。保冷の必要な食材は、使う直前に冷蔵庫から取り出し、食材が出たままにならないようにしましょう。
- ・迅速な処理
冷蔵庫の中でも、細菌はゆっくりと増えています。調理後は、早めに食べましょう。

3. 食品や調理器具についての食中毒菌を「やっつける」

- ・ほとんどの食中毒菌は加熱により死滅します。加熱食品は、中心部までしっかり加熱しましょう。
 - ・調理器具などの殺菌は、しっかり洗浄した後、キッチン用漂白剤や熱湯などで行いましょう。
- ※まな板・包丁、ふきん、スポンジ、シンク等

千代田幼稚園での衛生管理について

当園では、

- ・体調チェックや検便の実施(月1回)
- ・手洗いの徹底
- ・食品の中心部まで加熱(90℃以上)および記録

- ・包丁、まな板、エプロンの使い分け
- ・調理器具の洗浄、消毒、殺菌

などの衛生管理を徹底し、食中毒の予防に努めています。



☆6月4日から一週間は**歯と口の健康週間**です。歯と口の健康を見直してみませんか☆

～よく噛んで食べることは、健康づくりの第一歩～

よく噛んで食べることは、むし歯や肥満の予防、あごの発育や味覚の発達、栄養の吸収も助けるなど「身近な健康法」です。「よく噛むこと」を意識して、健康への第一歩を踏み出しましょう。

よく噛んで食べることの「8大効用」

ひ・み・こ・の・は・が・い・ぜ



肥満予防

脳の満腹中枢が刺激され、少ない食事で満腹感が得られます。



歯の病気予防

虫歯や歯周病を防ぐ「唾液」がたくさん出て、歯がきれいに。



味覚の発達

食べ物の味がよく分かるようになり、味覚が発達します。



がん予防

食べ物に含まれる発がん性物質や細菌を減らす「唾液」がたくさん出ます。



言葉の発達

口の周りの筋肉が発達し、表情豊かではっきりした発音に。



胃腸快調

消化液の分泌が盛んになり、食べ物の消化を助け、胃腸の負担を軽くします。



脳の発達

脳の血流量が増えて活性化し、記憶力がアップ。



全力投球

カ一杯勉強したり、遊ぶために必要な丈夫な歯と噛む力がつきます。



5月27日(水)の給食



(トマトは1/4カットで提供しました)

<4・5月生まれ誕生会メニュー>

この日の給食は、たけのこご飯・鶏肉のレモン煮・アスパラサラダ・すまし汁・フルーツポンチ・牛乳でした。

たけのこやアスパラなど旬の食材を使った献立で、子どもたちも喜んで食べていました。添え野菜のトマトは、理事長先生の畑で採れたものです。甘みが強くとてもおいしかったです。