

# 6+月の給食だよ!

平成30年  
ながさわ保育園



今月は梅雨に入ります。蒸し暑い日が続くと、食欲が衰えがちです。体調を崩さぬようご家庭でも食事や水分の補給に十分に気を付けていただくよう、お願いいたします。

また、この時期は気温、湿度共に、上昇し、じめじめしてカビが生えたり食中毒が発生しやすくなります。こまめに手洗いをし、食品の保存、賞味期限などにも注意しましょう。

## 食中毒に気をつけよう!!

### 食中毒予防三原則



### 細菌をつけない!

- ◎食事や調理前の手洗いを忘れずに
- ◎まな板・包丁は、肉・魚・野菜など食品ごとに使い分けましょう
- ◎調理器具(まな板・包丁・ふきんなど)の洗浄・消毒

### 細菌をふやさない!

- ◎冷蔵庫は詰めすぎず、適正温度を保ちましょう!
- ◎出来るだけ早く食べましょう!

### 細菌をやっつける!

- ◎十分に加熱しましょう

きれいに洗おう!!



## 6月4日は虫歯予防デーです

虫歯を予防するには、**良く噛むこと**が大切です。噛むということは、普段あまり意識していないかも知れないと思いますが、体にとっては大切な働きをしているのです。

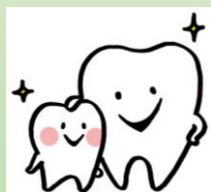
虫歯を予防します



食べ物のおいしさを感じます



歯やあごを育てます



消化を助けます

