

# 給食だより

ちどり保育所 令和4年6月30日発行

## 食育の日

今月の食育の日は「歯について」  
絵本で『どうして虫歯になるのか』をみたり、カバやライオンを使って大きな口を開けて歯磨きをしようねと話したり、歯にまつわるクイズをしました。  
HPにて紹介しているのでご覧ください。

## 食中毒予防

ジメジメとした梅雨が開けると本格的な夏がやってきます。そこで気をつけたいのが『食中毒』です。子どもたちは、食中毒菌に対する抵抗力が十分ではないので、衛生管理には大人の注意が欠かせません。下記の3つに注意しましょう。

- ① 菌をつけない**  
手洗いはもちろん、まな板の上では『野菜→肉・魚』の順で調理しましょう。
- ② 菌を増やさない**  
食べ物は常温で放置せず、速やかに食べましょう。
- ③ 菌をやっつける**  
肉や魚は中心部までしっかり火を通しましょう。  
食器、調理器具（まな板・包丁・ザルなど）は洗剤でしっかり洗いましょう。  
市販の食器用除菌スプレーなども活用しましょう。

## 歯についてのクイズ

(答えは右側に記載しています)

- Q1. 歯ブラシはどのくらいの頻度で交換するのがベスト？  
A. 1か月に1回 B. 3か月に1回
- Q2. 生え始めの永久歯は虫歯に・・・  
A. なりにくい B. なりやすい
- Q3. 親の虫歯が子どもに・・・  
A. うつる B. うつらない

## ナン作り

6月29日 きく組がナンを作りました。  
初めてのクッキングにドキドキワクワク!?  
粉を混ぜて生地を作り、一人一人が自分の食べるナンを作りました。



美味しく  
焼き上がりました

材料を入れて  
生地をこねこねこね  
好きな形に  
成形しました

## 大きくなあれ

6月2日(ふじ組)3日(きく組)に祖父母の方々にご協力頂きさつまいもの苗を植えました。  
「大きくなあれ」と願いながら1本1本苗を植えていました。100本の苗から何キロ分のさつまいもができるでしょうか?11月の芋ほりが楽しみです!



ふじ組

きく組

大きく  
育って  
います

## お弁当紹介

今月はうめ組さんのお弁当を紹介します。  
※7・8月はお弁当日はありません。



## ぐんぐん! 生長中!

バケツ稲作りを初めて約2ヶ月。  
強くなってきた日差しから守るために日よけをしてみたり、気温が上がると出てくる藻をこまめに除去してお水を入れ替えたり・・・  
たった4つのバケツでお米を育てるのもお世話が多く大変です。  
お米の「米」と言う漢字を分解すると「八・十・八」となります。実るまでに多くの手間がかかる事が漢字からも分かります。残さず1粒1粒大切にいただきます。

5  
月  
13  
日



6  
月  
21  
日

## クイズの答え

- ◆ Q1. A1か月に1回
- ◆ 新しい歯ブラシで落ちる歯垢を100%とすると、毛先が少し開いた歯ブラシでは80.8%、毛先の開いた歯ブラシでは歯垢を62.9%しか落とすことができません。月に一度の交換が理想の交換ペースと言われています。
  - ◆ Q2. Bなりやすい
    - ◆ 下記の3つの特徴から虫歯になりやすいと言われています。
      - ①歯が未成熟で酸に対して抵抗力が弱い
      - ②歯の表面が粗く汚れが付きやすい
      - ③生えそろうまでに時間がかかり、磨きにくく歯垢が残りやすい
    - ◆ Q3. Aうつる
      - ◆ 食具(親の口に入れた箸を子どもがしようすることなど)や、食べ物を通して、親のむし歯菌が子どもの口に入り、すみつくことがあります。そのため、子どものむし歯予防には、親自身がむし歯の治療をしたり、むし歯にならないようにケアすることも必要です。

## お知らせ

7月より、献立表内の表記を変更します。  
(例)  
変更前: アジのムニエル  
変更後: 魚のムニエル  
今までは魚を指定していましたが、より旬の魚を提供するために魚の種類を指定せず鮮魚店に注文をします。どんな魚が調理されたかは、展示にてご確認ください。

有福温泉が生まれ変わろうとしています。カフェ、ゲストハウス。色んな施設が着々とリノベ中です。遊びに来ませんか!?お待ちしています。 大屋

我が家の恒例行事「ホタル観賞」今年もたくさんの螢を見ることが出来ました♪息子と植えたヒマワリもついに咲き始め、暑い夏の訪れをひしひしと感じる毎日です! 中谷