



帯広の森幼稚園

寒い日が多くなり、本格的な冬がやってきます。冬になるとどうしても気になるのが、カゼやインフルエンザです。ウィルスは低温や乾燥に強く、また鼻やのどの粘膜が、乾燥でいつもよりバリア機能が低下しているうえに、寒さで体の抵抗力が低下する事などが原因で、冬場にこういった病気が流行ります。

今から生活習慣を見直し、カゼに負けない体を作りましょう！！

ノロウイルスを予防するには

ノロウイルスは吐き気、嘔吐と下痢を主症状とする急性胃腸炎の原因ウイルスです。ノロウイルスは年間を通してみられますが特に秋から春に流行する傾向にあります。感染を拡大させない対策を行いましょう！

- しっかり手洗い・消毒し、感染を防ぐ
- うがいできちんと予防する
- 感染拡大防止のため、洗浄・除菌を行う

ノロウイルスの感染は食品だけではありません。感染者の便や嘔吐物には大量のウイルスが存在するので、トイレでの排便時や汚物処理時に手が汚されます。その手を介して、水道の蛇口や洗い場などがノロウイルスに汚染され、さらにそこから他の人への汚染が広まります。このような「ヒト→ヒト感染」に要注意です。

年長さん食育

本物の食材に触れてみよう！～食材に触れて感触を知る・食材の断面を見て特徴を知る～

10月8日（火）年長さん対象の「食育」を行いました。初めに前回学習した赤・黄・緑の三色食品群復習したり、食育の歌を歌いました。久しぶりですがとても大きい声で歌ってくれていました。次に実際の食材を使って一人ずつ色分けゲームを行いました。大豆からできている豆腐や納豆も「畑のお肉だから赤ー！」と大正解でしたよ。悩んでいたお子さんも、食育の歌を思い出して正解することができていました。次に食材の断面を見たり、実際に匂いを嗅いだり、触ったりしながら五感を使った体験をしました。生の椎茸や大根が乾燥したら切り干し大根や乾燥シイタケになるのを知ることができましたよ。「魚の目はぶるぶるだね！」「キャベツの方がレタスより重いね！」と言う声も聞こえてきました。サバを触りながら「今日の給食にサバの味噌煮が出るねー」と声をかけたら楽しみにしてくれてるようでした。命をくれた食材に感謝して、残さず食べてくれるきっかけになってくれるといいなと思っています。



☆こんな場面も😊☆

エビに、指で心臓マッサージをしているお子さんがいました(´o`)将来救急救命士になりたいそうです。とてもかわいくてほっこりさせてもらいました。！！



給食おすすめレシピをクックパッドで公開しています。

