



23日は「勤労感謝の日」です。昔は収穫した穀物に感謝する「新嘗祭」でした。食べ物がどこからくるのかを知り、それに関わる人たちに感謝することも食育のひとつです。収穫の秋、食卓での会話を食材の産地や畑についてなどを話題にしてみてもいいかもしれません。

ノロウイルスを予防するには手洗いが大事～

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なく、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がります。このような「ヒト→ヒト感染」に要注意です。

手洗い・うがい できるかな

【 うがいの効果 】

のどは、細菌やウイルスが侵入してくる道です。うがいは、口の中やのどから、ウイルスやちりを洗い流す効果があります。うがい薬を用いた場合には、殺菌効果もあります。

【 手洗いの効果 】

手、指についた「汚れ」「細菌」「ウイルス」を洗い流して、体の中への侵入を防ぐ効果が期待できます。石けんやハンドソープでしっかり手洗いをすることが大切です。

うがいのポイント

- ① うちに帰ってきた時に
- ② うがいの前に手洗いを
- ③ 口の中はブクブクと
- ④ のどの奥はガラガラと

手洗いのポイント

- ① うちに帰ってきた時に
- ② ごはんの前に
- ③ 石けんをしっかりと泡立てて
- ④ 水でしっかりと洗い流す
- ⑤ 仕上げはキレイなタオルでふく

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2日（木）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。徐々に思い出してきて、最後には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。。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。年少さんが栽培した生の椎茸も触りましたよ。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。「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！」という声も聞こえてきました。キャベツの匂いとレタスの匂いの違いも感じていました。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。



☆保護者の皆さんも
参観いただき
ありがとうございました！！



給食おすすめレシピをクックパッドで公開しています。

