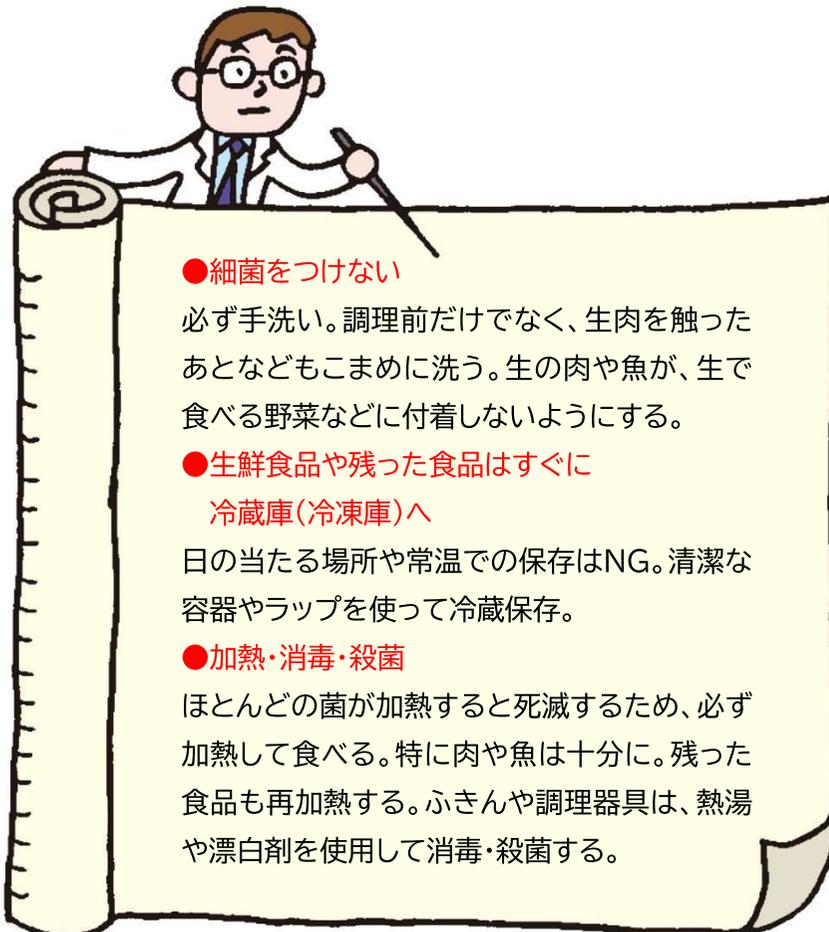


6月

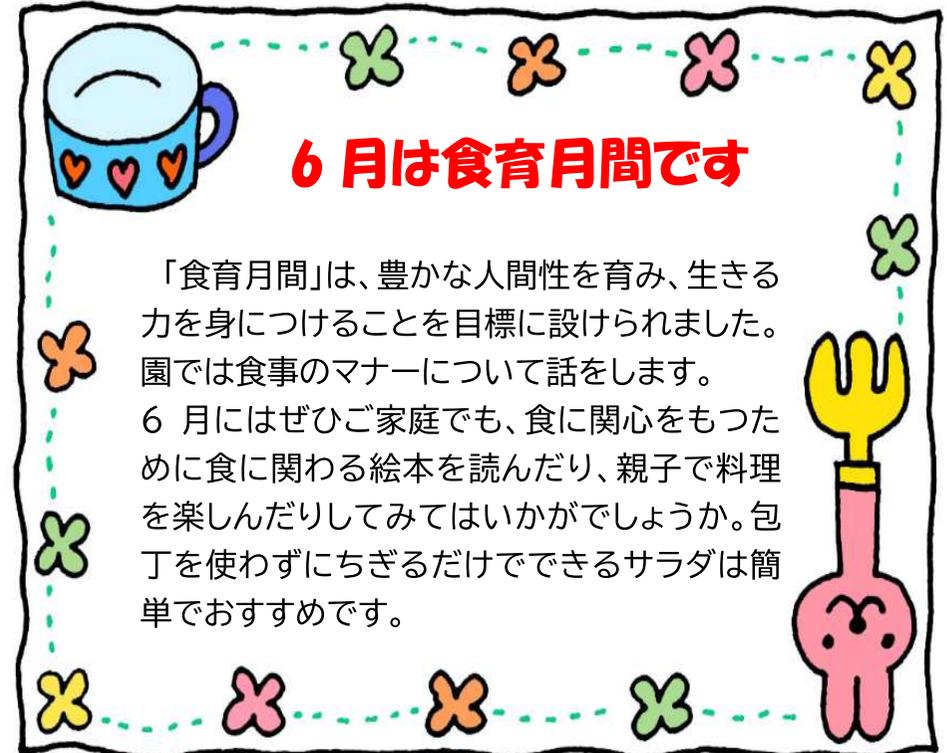


2024年6月1日  
北九州市小倉社会事業協会  
おぐまの保育園

梅雨に入り、ジメジメや気温の高い日は細菌が繁殖しやすくなります。味や匂いに変化はなく、気付かずに食べてしまった…ということもあるので、きちんと予防し、食中毒を起こさないよう注意しましょう。



- 細菌をつけない  
必ず手洗い。調理前だけでなく、生肉を触ったあとなどもこまめに洗う。生の肉や魚が、生で食べる野菜などに付着しないようにする。
- 生鮮食品や残った食品はすぐに  
冷蔵庫(冷凍庫)へ  
日の当たる場所や常温での保存はNG。清潔な容器やラップを使って冷蔵保存。
- 加熱・消毒・殺菌  
ほとんどの菌が加熱すると死滅するため、必ず加熱して食べる。特に肉や魚は十分に。残った食品も再加熱する。ふきんや調理器具は、熱湯や漂白剤を使用して消毒・殺菌する。



## 6月は食育月間です

「食育月間」は、豊かな人間性を育み、生きる力を身につけることを目標に設けられました。園では食事のマナーについて話をします。6月にはぜひご家庭でも、食に関心をもつために食に関わる絵本を読んだり、親子で料理を楽しんだりしてはいかがでしょうか。包丁を使わずにちぎるだけでできるサラダは簡単でおすすめです。

### 今月のレシピ

- ◆ 大豆入りキーマカレー
- ◆ 小松菜とツナの中華和え

