



秋の味覚を味わいましょう！

そろそろ秋の深まりが感じられますね。収穫の秋、食欲の秋です。保育所でもいろいろな秋の味覚を取り入れていきます。



秋が旬の食材

- ・新米 ・きのこ類 ・さつまいも ・里いも ・にんじん
- ・ぶどう ・柿 ・くり ・さんま ・鮭 など



食中毒に注意しましょう！

焼肉やバーベキューをする機会が増える季節となりました。

肉類にはO157やカンピロバクターなど、食中毒の原因となる細菌が付着していることがあります。

肉類による食中毒は、肉の加熱不足や肉の生食、箸の使い分けの不備などが原因で起こっています。



次の点に注意して食事を楽しみましょう。

1. 焼く箸（トング）と食べる箸を区別しましょう。
2. 肉類は中までしっかり火を通しましょう。
3. 生肉をさわった後の手はしっかり洗いましょう。
4. 生の肉類と野菜は別々の皿にもりつけましょう。
5. ユッケや鶏タタキなど十分加熱されていない肉類は、子どもや高齢などの抵抗力の弱い方は食べないようにしましょう。



..... 大阪府保健所ホームページより

お出かけの季節。お弁当の注意点！

- ①当日の朝に作りましょう。
- ②しっかり加熱調理しましょう。
- ③いたみやすいものは避けましょう。
- ④生の肉や卵を扱う器具は、野菜や果物と別にしましょう。
卵や肉はサルモネラ菌らその他の細菌に汚染されていることも考えられるため、食中毒を防ぐためにも器具は別にしましょう。
- ⑤冷ましてから詰めてふたを閉めましょう。温かいと細菌を増やすことになります。

