



気をつけよう食中毒

新緑の時期が過ぎ、梅雨の時期を迎えます。例年、この高温多湿の時期から増えてくるのが食中毒です。今回は具体的に注意することで、ご家庭でもできる予防方法をご紹介します。



食中毒とは

原因物質である細菌、またはウイルスがついた食品を食べたことにより起こる健康被害のことを言います。主症状は胃腸障害（嘔吐、腹痛、下痢など）であり、抵抗力の弱いお子さんなどは重症に至るケースもあります。梅雨が始まる頃から残暑の続く9月くらいまでが、湿度・温度ともに細菌が増殖しやすい気候に当たるため、食中毒の件数が集中します。

～食中毒予防の3原則～



1. 細菌をつけない!

食中毒の原因となる細菌やウイルス、有害物質などを食品や調理器具につけないことが何より大切です。まず、手や調理器具を清潔に保つこと。そして菌のついた食品から他の食品への二次感染を防ぐため、食材毎（肉、魚、野菜等）に包丁やまな板を変えたり、洗剤と流水でよく洗いましょう。その後よく拭いてしっかり乾燥させると更に良いです。
※布巾もこまめに洗い清潔を保ちましよう。

2. 細菌を増やさない!

この時期は、屋外だけでなく、屋内も高温多湿になりがちです。食品は室温で置いておかず、冷蔵庫で管理するのがポイントです。とはいえ、冷蔵庫を過信しすぎるのも禁物。夏場は、中の温度も上がりやすくなっています。扉の頻繁な開閉、食品のつめこみ過ぎに注意ましよう。

3. 殺菌する!

梅雨時には、生ものをできるだけ控え、加熱したものを食べるようにしましょう。また、調理器具も熱湯消毒してから使用してください。なお、冷凍・冷蔵による殺菌効果は期待できません。保存した食品は早めに、再加熱して食べるようにしましょう。

■ 食中毒予防の3原則



2021年度6月号

子育てひろば情報誌

つくつくタイムズ



開園16年の認可保育園です

社会福祉法人 龍美

南つくし野保育園

ホームページはこちら→



←公式ブログはこちら

〒194-0002 町田市南つくし野2-17-1

TEL 042-788-5228

(☎受付時間 9:30~17:00)

※土日・祝日を除く

親子体験保育 【**要予約・有料**】

保育園でどんなところ？
親子で体験してみませんか？
昼食もご用意できます。

前月25日～
予約開始

(※離乳食、アレルギー食は予約の際にご相談
ください)

対象 3ヶ月～5歳の親子

時間 9:30～昼食終了まで

※親子それぞれ1食300円、0～2歳児のお子
さんには朝おやつも100円で提供できます。

にこにこランド 【**予約不要**】

保育園を飛び出して、地域の皆さんに保育を
出前します♪ パネルシアターやふれあい遊
び等を一緒に楽しみましょう。

対象 未就学児の親子

時間 14:00～15:00

場所 南町田会館Bホール

(グランベリーパーク横)



園庭開放 【**予約不要**】

保育園の園庭で遊びませんか？



時間 月～金(祝日除く) 10:00～11:30

みんなのおへや開放 【**要予約**】

保育園のお部屋で遊びませんか？

時間 10:00～11:00、

注意事項

*お車での来園はご遠慮ください。
*個人情報もありますので、園内やイベント中
のお写真や動画撮影はご遠慮ください。

*** イベント情報 ***

<カレンダー>

6月

【変更点のお知らせ】

「親子体験保育」の予約は**前月の25日～開始**
に変更となりますのでご注意ください。

月	火	水	木	金
	1	2	3	4 Baby カフェ ※予約開始 5月6日
7	8	9にこにこランド	10	11 みんなのおへや開放
14	15	16親子体験保育 ※予約開始 5月25日	17	18
21	22	23	24	25ちよっとほっとカフェ ※予約開始 5月25日
28	29	30		

※感染症の流行状況等により、
予定が変更になる場合があります
ので、ご了承ください。

7月

※BABY カフェ&わくわくママ、ちよっとほっとカフェはお休みです。

月	火	水	木	金
			1	2
5	6	7	8	9 みんなのおへや開放
12	13	14にこにこランド	15	16
19	20	21親子体験保育 ※予約開始 6月25日	22 	23
26	27	28	29	30

子育てに困っていることや悩んでいること
はありませんか？たまにはゆったり過ごして
リフレッシュしましょう。子育て相談や
身体測定もできますよ。

感染症状況により人数が
変更になることもあります。

※飲み物は各自ご持参ください。

※「BABYカフェ」と「ちよっとほっとカフェ」
は同じ月で両日の予約はできません。

産前産後の新米ママたちが多いです

***BABYカフェ&**

わくわくママルーム* 【**要予約**】

対象 プレママ～1歳くらいまでの親子

時間 9:30～10:30

(受付時間 9:30～9:45)

場所 南つくし野保育園 みんなのおへや

※敷く用の**バスタオル**をご持参ください。

歩けるようになったお子さんが多いです

ちよっとほっとカフェ 【**要予約**】

対象 おおむね2歳～5歳の親子

時間 9:30～10:30

(受付時間 9:30～9:45)

場所 南つくし野保育園 みんなのおへや

イベント参加の方へ

*手洗い・消毒・マスク(大人のみ)をしま
しょう。

*当日の朝、検温と体調確認をしましょう。
(来園時にも検温させていただきます。)

*定期的に換気させていただきます。

