



H29. 1  
 いちじまこども園  
 調理室 安達 由紀  
 堀 亜紀  
 吉住 亜由美  
 細見 艶子

新年明けましておめでとうございます。  
 本年も安心安全で、愛情たっぷりの給食を提供していきます。どうぞよろしくお願いいたします。

## ノロウイルスに気をつけよう

ノロウイルスの患者数が増えるのは12月～1月にかけてです。人の手指や食品などを介して感染するので気をつけましょう。

### どんな食品が原因となりやすいの？

ノロウイルスに汚染された食品、特にカキを含む二枚貝が多く報告されています。また、感染者の手洗い不十分なまま料理をすると、食品が汚染され、その食品を食べることにより感染が引き起こされるおそれがあります。

### 食事での予防ポイントとは？

- 1 食事の前はしっかりと手洗いをしましょう。
- 2 カキなどの二枚貝は中心部まで十分に加熱しましょう。湯通し程度ではダメです！
- 3 野菜や果物などの生鮮食品は十分に洗いましょう。

厚生労働省のホームページにも、予防やまん延を防止する方法等が詳しく記載されていますので、ぜひご覧ください。

## 作ってみませんか？

＊ ＊ 根菜シチュー(4人分) ＊ ＊

### 材料

牛肉か豚肉の薄切り…250g	レンコン…100g
ゴボウ…80g	ダイコン…300g
ジャガイモ…400g	ニンジン…100g
ショウガ…10g	上新粉…大さじ3

A	だし汁…800cc	酒…大さじ5
	みりん…大さじ2	塩…少々
	薄口しょうゆ…大さじ1	ケチャップ…大さじ2

### 作り方

- ①ショウガはみじんぎりにしておく。その他の野菜は食べやすい大きさの乱切りにしておく。
- ②熱した鍋に油をひき、ショウガと用意した肉を炒める。
- ③②に①の野菜・分量の半分のだし汁を入れ柔らかくなるまで煮る。
- ④③にAと、残りのだし汁に上新粉を溶いたものを入れる。
- ⑤材料が柔らかくなり、とろみがついてきたら出来上がり！

## 指先遊びで、お箸を正しく！

スプーンやお箸を正しく持てるようになるためには、指先を器用に動かす力が必要です。乳幼児期に指先を使った遊びを十分に経験することが、お箸を正しく持つためのポイントです。

そこで、園では各クラスで指先の発達を促すための遊びを取り入れています。ナーサリーではシール貼りやヒモ通し、キンダーでは折り紙やハサミ、お箸を使った遊びなど、指先を使って十分に遊べるようにしています。

### ～キンダー(3. 4. 5歳児)の様子

折り紙遊び。指先でしっかりと折り目をつけて。



はさみでチョコキチョコキ。



お箸を使った遊びをしているよ。



上手く豆をつまめるかな？



### ～ナーサリー(0. 1. 2歳児)の様子～

シールをペタペタ楽しいなあ



自分でシールを貼ったよ！



のりをぬり、ぬり楽しいな！



指1本で、のりをぬって遊んでいるよ！

