



給食だより

7月号



2024年7月1日発行
田園調布学園大学
みらいこども園
栄養士 中嶋なおみ

夏野菜に触れてみよう



トマト・きゅうり・ナス・ピーマンなどは1年中売られていて目にしますが、夏が旬の野菜です。

園でも幼児クラスを中心に栽培していますが、子どもたちからご家庭でもプランターで育てていた
り、帰省されたときに畑で収穫して食べた経験などを聞くことが多くあります。園庭では苗から葉が
出て大きくなっていき、ツルが伸びていく様子など身近に成長を感じながら実がつくの待ちま
す。実がつき収穫したときに触れてみると、香りや触感などに様々な発見があります。

実際に食べてみると、みずみずしさや硬さなどいつも売っているものとの違いを感じられます。い
つもよりおいしく感じることもあります、硬くなってしまったり甘みが少なかったりすることがあります。
また、思うように収穫できないこともあり、いつもおいしく育ててくれる農家さんはすごいと感じる場面
もあります。夏野菜に触れることで、植物の成長を観察したり、味わったり、また身近に売られてくる
までに農家さんや八百屋さんなどのかかわりを知ったり考えたりする経験ができ、その他の食材も身
近に感じられるようになります。

食中毒に気を付けましょう



ハムッポ店長
(川崎市食品安全推進キャラクター)

気温が上がってくると、食中毒の
危険性が上がります。
三原則を意識して、予防しましょう。

食中毒予防の三原則



つけない

- ・手洗い
- ・器具の洗浄、消毒



増やさない

- ・適切な温度での保管
- ・調理後は速やかに食べる



やっつける

- ・加熱殺菌

夏のレジャー
でも気を付けま
しょう！

