



梅雨はまだ続いていますが、木々の緑も深くなり夏の訪れを感じさせてくれます。新型コロナウイルスの影響が続く中、この時期から増える他の感染症や暑さ対策などの健康管理に十分気を付けていきたいですね。

エンゼルで人気の手作り遊具の紹介！！

エンゼルではお子さんの病状や様子に合わせて遊びの提供をしています。遊具は消毒できるもの中心ですが、衛生には十分気をつけています。ひとり遊びができるものやお友だちとごっこ遊びを楽しめるものなど、色々な素材で安心して遊べる工夫をしています。エンゼルで人気の手作り遊具を紹介いたします。



ふわふわお料理セット

柔らかパズル



リサイクルおもちゃ
(牛乳パックや空き箱利用)

ドールハウス&冷蔵庫



エンゼル川崎 保育士

食中毒に注意しましょう！！



気温が高くなる5月から10月の間に食中毒は増加します。

腸管出血性大腸菌 O157、サルモネラ菌、腸炎ビブリオなど少量の菌やウイルスで感染発病する危険な食中毒もあります。子どもは抵抗力が弱いので食中毒菌が入ると重症化しやすいので注意が必要です。

食中毒予防3原則

- ①細菌をつけない(清潔・洗浄)
- ②細菌を増やさない(冷却・迅速)
- ③細菌をやっつける(加熱・殺菌)



《ご家庭で気をつけるポイント》

- ・作り置き料理は冷凍や冷蔵など適切な方法で保存して食べる前に加熱する。
- ・離乳食などは普通の食事に比べ水分が多いため、食べ残しや飲み残したミルクなど時間がたったものは与えないようにする。
- ・食品は充分加熱調理する。
- ★調理する人はもちろん、食べる人も手洗いの習慣をしっかり守りましょう。

エンゼル川崎 看護師

スマイリークッキング ～じゃがいものカントリー煮～

夏の食事の注意点



◎冷たいものを取り過ぎない
冷たいものを取り過ぎると胃腸の働きが弱まります。

◎量より質を考えてバランスよく
消化のよい良質のたんぱく質・ビタミン・ミネラルをバランスよく色々な種類の食品を取りましょう。

(材料 5人分)

- | | | |
|-------------|-----------|--------|
| じゃが芋 250g | 豚もも肉 100g | 人参 70g |
| 玉ねぎ 80g | バター 10g | 水 100g |
| コンソメ 2g | ケチャップ 28g | 砂糖 8g |
| ウスターソース 12g | | |

(作り方)

- ①豚もも肉(薄切り)は一口大に切る。
- ②じゃが芋は一口大に切る。
人参は乱切り(小さめにする)
玉ねぎは2～3cm角に切る。
- ③鍋にバターを熱し、人参・玉ねぎがしんなりしてきたらじゃが芋を加え更に炒め水とコンソメを加え煮込む。
- ④ほぼ火が通ったら調味料を加えて煮汁が少なくなるまで煮込む。

<ポイント>

調味料を加えた後は焦げやすくなるので火加減に注意しましょう。ウインナーを加えても良いです。

エンゼル川崎 調理師

