



梅雨も中盤となり気温や湿度が高い日が続いていますが、子どもたちは汗をかきながら元気に遊んでいます。遊んでいる途中にも自分の水筒から水分補給を行う姿も見られます。

はじめと湿度が上がってくる季節で食中毒などの細菌が繁殖しやすい時期でもあります。衛生管理・体調には十分に気をつけましょう。



## 食中毒とは??

食中毒は細菌やウイルス、毒素が食品と一緒に体内に侵入し、腹痛、下痢、嘔吐、発熱などの症状を起こすことをいいます。食中毒の主な原因となる細菌は、はじめとした梅雨や気温の高い夏に増殖しやすいので、この時期は、特に注意が必要です。味、匂いに変化はなく、気づかずに食べてしまった…ということもあるのできちんと予防し、食中毒を起こさないように注意しましょう。

## 食中毒の予防法

- 細菌をつけない  
必ず手洗い。調理前だけでなく、生肉を触ったあとなどもこまめに！生の肉や魚が、生で食べる野菜などに付着しないようにする。
- 生鮮食品や残った食品はすぐに冷蔵庫（冷凍庫）へ  
日の当たる場所や常温での保存はNG。清潔な容器やラップを使って冷蔵保存。
- 加熱・消毒・殺菌  
ほとんどの菌が加熱すると死滅するため、必ず加熱して食べる。特に肉や魚は十分に。残った食品も再加熱する。ふきんや調理器具は、熱湯や漂白剤を使用して消毒・殺菌する。

## 水筒のお手入れ方法！



水筒のふたにこんな汚れ

### 1 お酢を使った方法

・準備するもの・  
お酢、たらいや桶

- ①水筒のパーツを分解する。
- ②お酢をくわえたお湯をたらいに作る。  
30～50℃のぬるま湯にお湯 10：酢 1 の割合  
(ぬるま湯 500ml に対して、酢が大さじ 3 杯)
- ③パーツを②の液に浸して 2～3 時間放置する。
- ④しっかりと洗い流して乾かす。  
※酢の洗い残しがあるとカビの原因になる。



### 2、酸素系漂白剤を使った方法

・準備するもの・  
酸素系漂白剤、たらいや桶

- ①水筒パーツを分解する。
- ②酸素系漂白剤をくわえたお湯をたらいに作る。  
(40℃のぬるま湯にお湯 500ml に小さじ 1 弱の酸素系漂白剤)
- ③蓋とパッキンを浸す。水筒本体は内部に注いで 30 分～1 時間放置。  
※水筒の本体は外側を付け置きしてしまうと、外側のラベルが剥がれ落ちてしまう。
- ④しっかりと洗い流し乾燥させる。

お子さんの水筒のご確認をお願いします。

