



天気が崩れやすい季節の到来です。天候も崩れがちですが、それと同時に新年度の頑張りから、体調も崩れやすい時期にもなります。たのしい夏を迎えるためにも、手洗い・うがいをして、生活のリズムを崩さないようしっかりと体調管理に努めたいところですね。

【おいしくお弁当を食べるために…】

これからの季節で怖いものが食中毒。愛情込めてつくったお弁当は、おいしく食べてもらいたいですね。お弁当を持ってお出かけする際、すくすくにお弁当持参で来いらっしゃる際…悪くなりやすいものは避けつつ、効果的な方法で食中毒を防ぎましょう。



食中毒を防ぐお弁当作り

1. しっかり加熱する。

夏場の調理の基本。
ハンバーグや成型肉も中まで
しっかり火を通す。

2. 酢を積極的に使う。

酢には殺菌効果がある。ご飯
に酢を少量入れて炊くとよい。
詰める前に、弁当箱を酢で拭く
のも効果的。また、梅干しは細
菌が増えるのを抑えてくれる。



3. ごはん・おかずは冷まし、 水分を飛ばす。

お弁当に水分は大敵!!水分が多い
と、細菌が増える恐れもある。

4. 保冷剤や冷凍食品を活用す る。

ちいさな保冷剤を生野菜や果物
のそばに入れる。凍らせた枝豆やゼ
リー、自然解凍でもおいしい冷凍食
品で代替も。

(参考：日本経済新聞)

【受入対象年齢が変わりました！】

開所以来、すくすくの受入児童の年齢は、生後6カ月
から小学3年生のお子様となっていましたが、この度、
小学4年生まで引き上げられました。
ぜひご利用ください。



【4/1～5/31 までの利用状況】

6 カ月～3 歳未満：45 名

3 歳～5 歳未満：24 名

5 歳 以上：6 名

医学部

附属病院

管理棟 1 階



♪ 保育所はいつでも見学可能です。
お気軽にお越しください。

公立大学法人

福島県立医科大学

病児病後児保育所『すくすく』

外線 024-547-1717

内線 4111