



2月給食だよ



R3. 1. 31

さくらこども園

栄養士 實吉汐里

節分は季節を分けるという意味で、次の季節が始まる前日をこう呼んでいます。

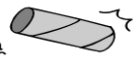
春がやってくるのですね。しかし、まだまだ寒い日が続きます。風邪をひかないように気をつけましょう。手洗いうがいをしっかりと行いましょう。

食べ物による誤飲を防ぐ

子どもは、のどが狭く、飲み込んだり、吐き出したりする力が弱いため、口に入れたもので、のどを詰まらせ、誤嚥や窒息を起こすことがあります。給食でも、調理を工夫し細かく切ったり、もちは2歳児からの提供をしています。



口の大きさはトイレットペーパーの芯の直径とほぼ同じ4cm



★3歳の子どもの口の大きさは直径約4cm。これより小さいものは子どもの口にすっぽり入り、どんなものでも窒息の原因になる危険があります。

①弾力がある（こんにゃく、かまぼこ、ウィンナーなど）

②なめらか（メロン、豆腐）

③球状（ミニトマト、乾いた豆やナッツ類、アメなど）

④粘性が高い（もち、白玉、ごはん）

⑤固い（えび、いか、塊肉）

⑥唾液を吸う（パン、茹で卵、さつまいも）

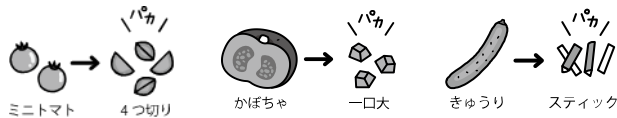
⑦口の中でばらばらになりやすい（ブロッコリー、ひき肉）



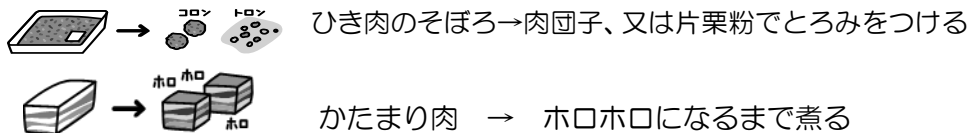
★事故予防のために大切なこと

そのままでは、誤嚥・窒息しやすいものでも、子どもの口のサイズに合わせて、食材を切ったり、かじりとりやすくしたり、調理の工夫をすることで、危険性を下げることができます。

野菜の切り方



調理の工夫



節分の豆まきの「まめ」に注意

危険性が高い食品なので、子どもに与えないだけでなく、近くに置かないように気を付けましょう。