



# 梅雨（つゆ）の季節も楽しもう！！

雨が降っても子どもたちは元気いっぱい！

雨の日ならではの遊びをご紹介します。



雨上がりのお散歩で

かたつむり

をみつけよう！！



雨の日や雨上がりにはあじさいの葉の上や石の上などに出できます。

晴れているときは、木の根元や石の下など湿った場所にジッと

かくれんぼしています。

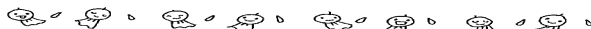
小ビンや透明なケースを持って子どもと一緒にかたつむり探しの

お散歩にでかけてみてくださいね！

かたつむりはキャベツを食べるとキャベツ色のウンチがでます。

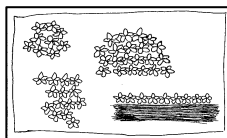
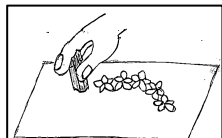
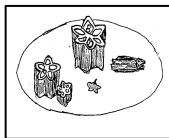
にんじんを食べたらどんな色のウンチがでるかな？

ぜひ、お家で観察してみてくださいね。



## お部屋であ・そ・ぼ！！

### ☆あじさいスタンプ☆



好きな色の絵の具を用意して、オクラのへたでスタンプ遊び。

本物のあじさいを見ながら作るのもいいですね！

### ☆小麦粉粘土をつくろう☆

**材料** 小麦粉 100g、塩又は酢少々

水（固さをみながら適量）



### つくりかた

全部をボールに入れて、よ〜く練ったらできあがり！

耳かき1杯の食紅をまぜれば色つき粘土もできますよ！

親子で

# ふれあいあそび

## 大根づけ

だいたいこんぼん ぬいてきて  
 ゴシゴシゴシゴシ もみあらい  
 しおをかけ  
 すりこんで  
 おもしろのせて できあがりー

### ① 大根一本ぬいてきて



### ② ゴシゴシゴシゴシ もみ洗い



### ③ パッパッパッパッ 塩をかける



### ④ キューキューキュー すりこんで



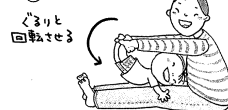
### ⑤ 塩石を



### ⑥ のせて



### ⑦ できあがりー



大根だけじゃなく かつお にんじん きゅうり じゃがいも



どんな野菜でもOK!!

梅雨どきは食中毒のシーズンです

## 気をつけよう！！食中毒！！

食中毒は、細菌やウィルスなどの病原体に汚染された食品を食べたり、病原体がついた調理器具や調理する人の手を介して感染し腹痛、下痢、嘔吐などの症状を起こします。

### 食中毒を予防するコツ



#### ① 鮮度のいい食品を選んで早めに調理！

- ・食品を購入するときは消費期限などを確認し、新鮮なものを選びましょう。
- ・肉、魚、卵などの食材を常温にせず、冷蔵、冷凍しましょう。
- ・冷蔵庫を過信しすぎず、早めに使いきるようにしましょう。（冷蔵庫内の低温でも増殖する菌がいます。）
- ・速やかに調理し、出来上がったらすぐに食べましょう。
- ・すぐに食べない場合は冷蔵庫で保管し、再加熱するようにしましょう。

#### ② こまめに手洗いを！

- ・調理の前後、食事前には必ず石鹸で手洗いをしましょう。（途中でトイレに行ったり、オムツを交換したり、鼻をかんだり、動物に触ったりした後も必ず手をあらいます。）

#### ③ まな板や包丁などを清潔に！

- ・まな板、包丁などの調理器具は用途別（魚、肉用、野菜用など）に使い分け十分に洗浄、殺菌（熱湯消毒又は漂白）乾燥をさせましょう。

#### ④ 必ず加熱調理を！

- ・野菜や果物など生で食べるもの以外は、十分に加熱調理しましょう。（85度以上で1分以上の加熱が目安です。加熱を十分にすることで、菌が死滅します。）
- ・温かいものは温かいうちに冷たいものは冷たいうちに食べて、作りおきはしないようにしましょう。