



令和2年6月  
東戸塚らびっと園

## 食中毒に注意！！

蒸し暑い日が増えてきました。  
6月は最も食中毒が増える時期です。  
手洗いうがいをしっかり行い食品の取り扱いにも十分気をつけて元気に過ごしましょう！

## ☆旬の食材ナス☆

体を冷やす効果があるので夏にぴったりの食材です。  
アクがあるので切ったらすぐに水につけて変色を防ぎます。  
油との相性は抜群。焼きナス、田楽、炒め物、揚げ物、漬けものなどに。



## 6月4日は虫歯予防デーです！

虫歯とは？

虫歯は、虫歯菌が糖分をもとに酸を作り、  
酸が歯の表面を溶かすことで起こります。  
子供の歯は柔らかく、虫歯になりやすいため、  
毎日の歯磨きで虫歯を予防することが大切です！  
また、健康な歯を作るためバランスのよい食事と  
よく噛んで食べることを心掛けましょう！

### 給食チーム

小林 (栄養士)  
丸山 (栄養士)  
石黒 (調理師)

