



給食だより

令和4年度 4月号
ひので保育園

ご入園・ご進級おめでとうございます。いよいよ新年度がスタートします。子どもたちが健やかに成長し、食事の時間が待ち遠しく、みんなで食べることが楽しみな子どもになる事を願って、安全でおいしい給食を作っていきます。新入園のお子さんは、今まで食べたことのない献立があると思いますが、少しずつ慣れていきましょう。



食物アレルギーについて知ろう!!!

食物アレルギーとは、体を守るはずの免疫の働きが、原因となる食べ物に対しに反応してしまう事を言います。日本では、特定原材料7品目「卵、乳、小麦、エカニ、そば、落花生」は、特にアレルギー反応を起こしやすく表示義務になっていて、その他に21品目を『特定原材料に準ずるもの』として可能な限り、表示するように推奨されています。

アレルギーの症状

- ・皮膚…かゆみ、むくみ、赤くなる、湿疹
- ・粘膜…口やのどの違和感、のどのかゆみやイガイガ感
- ・消化器…腹痛、嘔吐、吐き気、下痢(繰り返し吐くのは危険)
- ・呼吸器…ゼーゼーする、呼吸困難、せき

アレルギーかも…と思うような症状が出た場合は、かかりつけ医または専門の病
なるべく早く相談してください。また保育園への報告もよろしくお願ひします。



新しい環境になり、体調を崩しやすくなっています。朝は忙しいですが、「早寝早起き」「朝ごはん」「排便」の3つを頑張ってみましょう。

排便は出なくても毎日行き、習慣づけることが大切です。



