

10がつ



食育だより



今月のひとこと ~水筒のカビをやっつけよう~

食欲の秋、スポーツの秋…体を動かすことが気持ちの良いシーズンです。体を動かす時は、こまめな水分補給を心掛けましょう。毎日使う水筒は清潔に保てていますか??パッキン等の部品が多く、なかなか洗にくいものですが、お手入れ方法をまとめてみました。普段のお手入れの参考にしてくださいね。

水筒のカビを飲んでしまうとどうなるの?

カビが発生した水筒で飲み物を飲んで、カビが体内に入ったとしても大人の場合は胃酸で死滅するため健康に影響は少ないようですが、カビとともに付着した様々な菌による食中毒の危険性もあります。特に抵抗力の弱い子どもは体調をくずしてしまったり、カビアレルギーを発症したりする場合もあるので、清潔にするよう注意しましょう。

水筒の正しい洗い方

- ・水筒をパーツごとに分解して水で洗います。
- ・中性洗剤（食器用洗剤）をつけた柔らかいスポンジで細かいパーツも洗います。
- ・水筒の内部や底は水筒用の柄付きのスポンジで洗いましょう。
- ・ゴムパッキンやフタの溝は、小さめのブラシや、つまようじを利用するとよいです。
- ・よくすすいだらしっかりと乾燥させましょう。



お手入れでやってはいけないこと

- ×熱湯で煮沸消毒する…部品を痛めたり、変形したりする可能性があります。
- ×塩素系漂白剤を使う…サビや穴あきの原因になることも。ステンレス製の物には酸素系漂白剤を使いましょう。
- ×金属たわしでこする…傷がつきやすく、サビの原因にもなります。

★水筒によりお手入れの方法は違います。それぞれの取扱説明書を確認しましょう★

水筒についてのカビの落とし方

- ・お酢か酸素系漂白剤で洗浄
洗い桶に30~50℃のお湯を入れ、酢を加えます。（お湯500mlに対し、酢50mlが目安）
酢で落ちない場合、40℃のお湯500mlに対し、5ml弱の酸素系漂白剤を入れて洗浄しましょう。
- ・お酢や酸素系漂白剤の液に水筒のパーツを浸していく。
酢を入れた液にはゴムパッキン、フタ、水筒の本体を全て浸します。酸素系漂白剤を使う場合はフタとゴムパッキンのみ浸し、水筒本体はすすぐだけにしましょう。つけ置きしてしまうと表面のラベルがはがれる原因になります。30分を目安につけ置きしたら水かぬるま湯でよくすすぎ、しっかりと乾燥させましょう。
- ・ゴムパッキンの頑固な汚れにはクエン酸を使用。一晩つけ置きするとすっきり落とせます。
- ・カビ臭いにおいを落とすには重曹を使います。ゴムパッキンも一緒に一晩つけ置きしましょう。



夏の食育 ~トウモロコシの皮むき~



ばんだ組で、午後おやつ
「トウモロコシご飯」に使用
するトウモロコシの皮むきを
しました◎
初めて体験する子もいる中、
1枚1枚上手にむけました。

らいおん組が育てた夏野菜

- ・ミニトマト・・・72個
 - ・枝豆・・・11個
 - ・茶枝豆・・・12個
- 収穫できました!!



クッキングや給食でおいしく頂きました。