



かのう子育て交流ひろば ベジフルかのう通信 N0.3



令和 7 年度



夏本番！暑い毎日が続きますね。気温や湿度が高くなってくると、心配なのが細菌性の食中毒です。今回は、日常生活の中で心がけたい食中毒予防 6 つのポイント(1・2)をご紹介します。ご家庭で参考にしてみてくださいね。



～ ひろばご利用時のおねがい ～

- ※ お子さまが安全に遊べますように、保護者の方は目を離さないでください。
 - ※ 水分補給・授乳はOKです(^^)(食べ物はご遠慮ください)
 - ※ 貴重品の管理は各自でお願い致します。
 - ※ 携帯電話等での撮影は、周りに配慮して行ってください。
 - ※ 体調の悪い方はご遠慮ください。
 - ※ イベントの様子(写真)などを、法人ホームページ・Facebook・通信等で紹介させて頂く場合がございます。予めご了承ください。
- みなさんが、お互いに気持ちよく楽しく過ごせますように
ご協力お願い致します(^^)

家庭でできる 食中毒予防の 6 つのポイント

point 1
食品の購入

消費期限などの表示をチェック!

肉・魚はそれぞれ分けて包む

できれば保冷剤(氷)などと一緒に

寄り道しないでまっすぐ帰ろう

point 2
家庭での保存

帰ったらすぐ冷蔵庫へ!

入れるのは7割程度に

肉・魚は汁がもれないように包んで保存

冷蔵庫は10℃以下に維持

冷凍庫は-15℃以下に維持

停電中に庫内温度に影響を与える扉の開閉は控えましょう

ポイント③下準備 ④調理 ⑤食事 ⑥残った料理 については次号以降で紹介!
出展：厚生労働省「家庭でできる食中毒予防の6つのポイント」

宮崎市清武町加納乙 1047 番地 加納地区交流センター内和室

開設日：月・木曜日

開設時間：9:30～12:00
13:00～15:30

お休み：祝日・年末年始(12/29～1/3)

連絡先：080-2690-5719 (月・木曜のみ対応)

詳細案内：上記のQRコードを読み取ってご覧ください

運営：NPO 法人 食生活応援団ベジフルバスケット

*「かのう子育て交流ひろば」は、宮崎市の委託事業です。



ホームページ QR コード

ベジフルバスケット

特定非営利活動法人 食生活応援団

～ 親子講座・イベントのお知らせ ～*

令和 7 年	月（かのう）	火（あおしま）	水（あおしま）	木（かのう）	金（あおしま）
	各講座・イベントは、すべて予約不要ですが、諸事情により変更等を行うことがあります。ご了承ください。				1 日 自由あそびの日
	4 日 ベジフル栄養相談日 ～自由あそびの日～	5 日 自由あそびの日	6 日 自由あそびの日	7 日 足育相談日 (10:30～11:30) みやざき足育センター 成田あす香先生	8 日 ベジフル栄養相談日 (9:00～12:00)
	11 日 山の日 ☆お休みです	12 日 モクモクひろば (9:30～11:30)	13 日 自由あそびの日	14 日 0歳から楽しむ絵本講座 ～家族 うれしいな～ (11:00～11:30) 学校図書館司書 中竹絵美	15 日 自由あそびの日
	18 日 ベジフル食育講座 味覚の実験 (11:00～11:30) 管理栄養士 島川香理	19 日 自由あそびの日	20 日 0歳から楽しむ絵本講座 (11:00～11:30)	21 日 わくわく♪音楽あそび (11:00～11:30) 保育士 渡辺由紀子	22 日 ベジフル子育て相談日 (9:00～12:00)
	25 日 講演「イキル防災」 (10:30～11:30) 防災コンサルタント Mamoruwa 代表 黒木淳子氏	26 日 わくわく♪音楽あそび (11:00～11:30)	27 日 自由あそびの日	28 日 子育て相談(9:30～11:00) ※おやこエクササイズ♪ ③動きやすい服装で♡ (11:00～11:30) 助産師 米田智美	29 日 ベジフル子育て相談日 (9:00～12:00)
	1 日 ベジフル栄養相談日 ～自由あそびの日～ *赤ちゃんの体重測定できます♪	2 日 自由あそびの日	3 日 みて!きいて! さわって!感じて遊ぼう!! (9:00～11:30)	4 日 ベジフル子育て相談日 (9:30～12:00) 助産師 米田智美	5 日 ベジフル栄養相談日 (9:00～12:00)
	8 日 モクモクひろば ～木のおもちゃで遊ぼう!～ (10:00～11:30) おもちゃコンサルタント 堤良子先生	9 日 0歳から楽しむ絵本講座 (11:00～11:30)	10 日 小児救急医療講話 (13:30～14:30)	11 日 0歳から楽しむ絵本講座 ～まあい まあい～ (11:00～11:30) 学校図書館司書 中竹絵美	12 日 ベジフル子育て相談日 (9:00～12:00)
	15 日 敬老の日 ☆お休みです	16 日 歯科衛生士 さんにみてもらおう! (10:45～11:30)	17 日 mocomoco 親子ふれあい教室 (10:45～11:30)	18 日 ベジフル食育講座(試食) (11:00～11:30) 参加費 200円 管理栄養士 出山幸恵	19 日 わくわく♪音楽あそび (11:00～11:30)
	22 日 わくわく♪音楽あそび (11:00～11:30) 保育士 渡辺由紀子	23 日 秋分の日 ☆お休みです	24 日 ベジフル食育講座 (11:00～11:30)	25 日 講演「子どもとのコミュニ ケーションを楽しみませんか?」 (10:40～11:30) 宮崎子育てネット 甲斐英幸氏	26 日 ベジフル子育て相談日 (9:00～12:00)
	29 日 ベジフル栄養相談日 ～自由あそびの日～	30 日 自由あそびの日	※ひろばをご利用の際は、感染症対策にご協力をお願いします。		