



給食だより 10月

2017年10月2日(月)

社会福祉法人ナオミの会 西野市立ほろやちゅう保育園

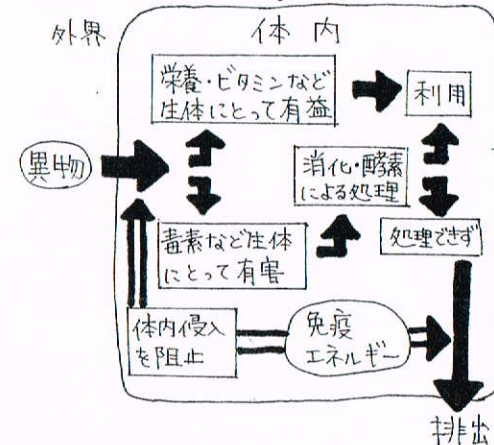
店頭には、秋の味覚が並び始めました。
給食メニューにも、さつまいもやきのこ、栗などを取り入れ、秋の味覚を味わえるメニューにしています。

また、4月の時期に比べると、子どもたちは身長・体重が増え、食べる量も増えてきました。1年の中で後半の時期に入る10月からは、園での給食の量は少しかけて増えて、次の年に向けて栄養価も少し高く設定しています。秋の味覚を楽しみながら食事量を増やしていけるよう、給食も工夫していきたいと思ひます。



食物アレルギーって どのようなもの？

異物から体を守ろうとする仕組(免疫反応)が、かえって体を傷つけてしまう反応をアレルギー反応と呼んでいます。
また、食物アレルギーの原因となる食物は、年齢によって違ふことがわかります。



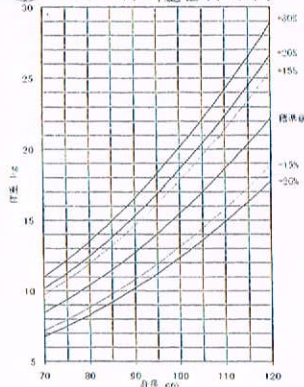
即時型食物アレルギーの年齢群別原因食品

	0歳 (n=416)	1歳 (n=237)	2、3歳 (n=289)	4～6歳 (n=140)	7～19歳 (n=207)	≥20歳 (n=131)
1位	鶏卵 47.4%	鶏卵 30.4%	鶏卵 30.8%	鶏卵 25.0%	そば 14.0%	魚類 16.0%
2位	乳製品 30.8%	乳製品 27.8%	乳製品 24.2%	乳製品 24.3%	えび 13.0%	えび 14.5%
3位	小麦 9.6%	小麦 8.4%	小麦 12.1%	小麦 8.6%	小麦 10.6%	そば 12.2%
小計	87.8%	66.6%	67.1%	57.9%	37.6%	42.7%

平成11・12年度厚生労働省の調査。

子どもの成長には成長曲線を活用しよう

④ 幼児の身長体重曲線(男)



母子健康手帳長の後ろの方のページ、インターネットでも見ることができます。子どもがからだづきは成長とともに変化し、個人差も大きいですが、この曲線を肥満とやせの応の目安として活用してみましょう。また、園では年2回、身長・体重からカウプ指数を算定しています。今までの成長も見ながらカウプ指数で肥満とやせの値が出た際には、家庭での様子を伺ったり、園で協力できること、また食事のアドバイス等お話しさせていただきます。



食物アレルギーに気をつける為には、魚羊度の良い食材を選ぶことも、よく噛んで食べるということも、予防になると言われています。発疹の中には肌が弱っている、体調が悪い、汁かぶれなど見極めが難しいこともありますが、あれ?と思った時には、ご相談ください。

ミニ試食のお知らせ

日付: 10月11日(水)
時間: 17時30分～
場所: 給食見本横
メニュー: ジャコ子・ズごはん

★今回は20食限定の一口程度の試食です。
★お子さんはその日の給食で食べていますので、保護者の方の分のみご用意させていただきます。

