



(作成者) 栄養士 野原正子

令和 7 年 3 月号

今年度も終わりに近づきました。もうすぐ卒園、進級ですね。

今年は、南国沖縄も寒い日が続きました。体調を整え、新学期の生活に備えていきましょう。

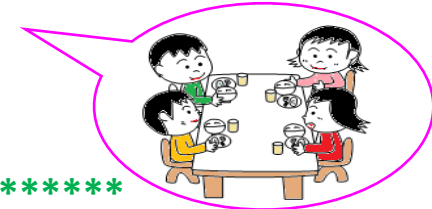
一年間をふりかえって

～子ども達にとって、よい食習慣は一生の宝です。～

卒園、進級に向け、できるようになったことがいっぱいあります。

お父さんと一緒にチェックしてみましょう。いっぱいほめてあげましょう！！

- 食事の前には、手をきれいに洗いました。
- 食事の準備や、後片付けを手伝いました。
- 「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつを忘れずにできました。
- 食べられるようになった食べもの、好きになった食べ物が増えました。
- 良い姿勢で、よく噛んで食べました。
- お友達や先生、家族で楽しく食べることができました。

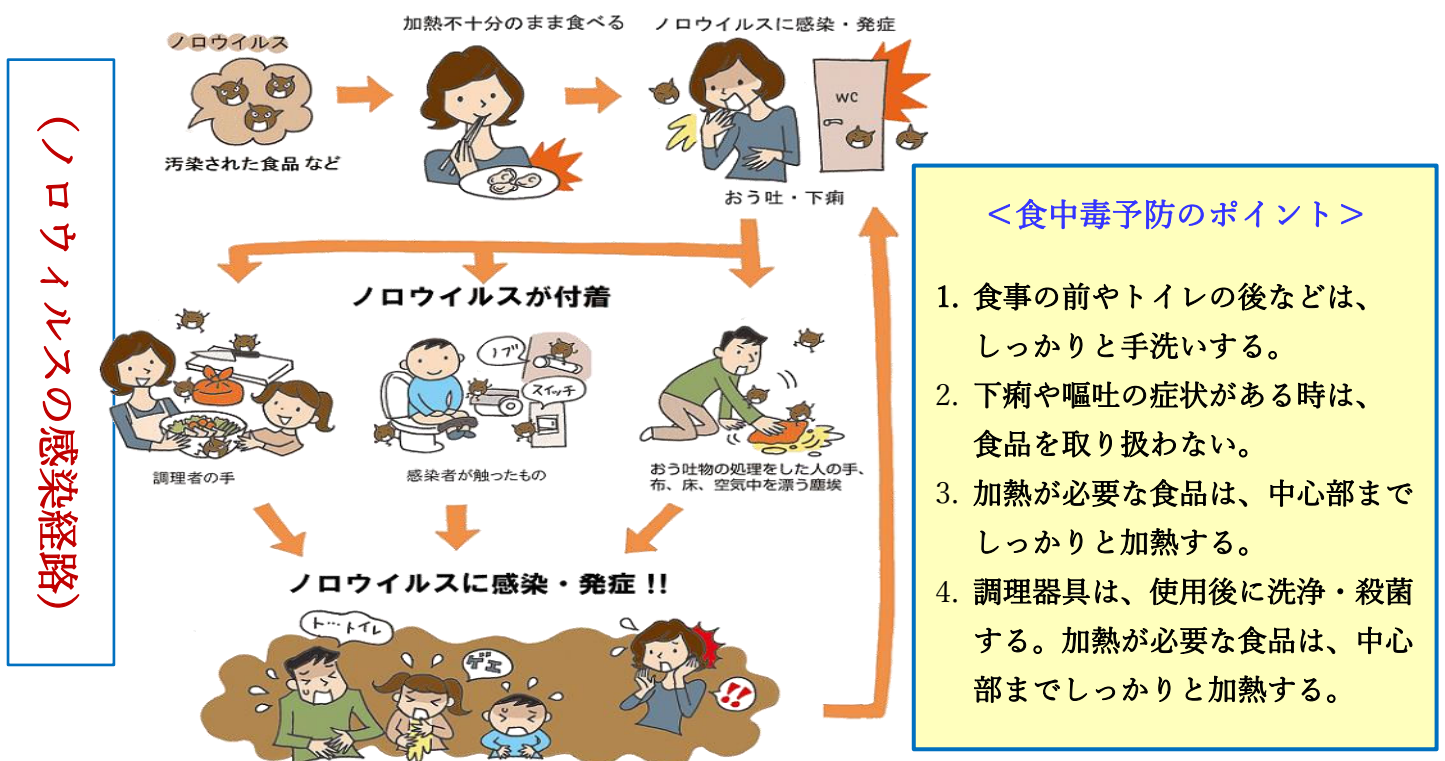


冬に多い食中毒(ノロウイルス)にご注意を！ …最近の報道から…

ノロウイルスによる感染性胃腸炎や食中毒は、一年を通して発症していますが、特に低温乾燥を好む冬季に流行します。ノロウイルスは、手や指、食品などを介して口などに入ることによって感染します。

嘔吐や下痢、腹痛などを起こし、子どもが感染すると重症化することがあるといわれています。

ポイント！ ノロウイルスは「持ち込まない・つけない・やっつける・拡げない」



(引用) 厚労省 HP 消費者庁 HP



February 2025

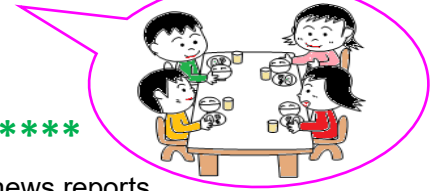
The school year is coming to a close, and soon it will be time for graduation and moving up to the next grade. This year, even in tropical Okinawa, we've experienced quite a few chilly days. Let's take care of our health and prepare for the new school term.

Reflecting on the Past Year

Good Eating Habits are a Lifelong Treasure for Children

As children prepare for this transition, they have accomplished so much! Let's take a moment to celebrate their progress together.

- Washed hands thoroughly before meals.
- Helped with meal preparation and cleanup.
- Remembered to say "Itadakimasu" and "Gochisousama" to express gratitude before and after meals.
- Tried and enjoyed new foods.
- Practiced good posture and chewed food well.
- Enjoyed mealtime with friends, teachers, and family.



Beware of Winter Food Poisoning (Norovirus) ...From recent news reports...

Norovirus-related gastroenteritis and food poisoning can occur year-round, but outbreaks are especially common in winter when the virus thrives in cold, dry conditions.

It spreads through contaminated hands, food, and surfaces, entering the body through the mouth.

Symptoms include vomiting, diarrhea, and stomach pain, and infections can sometimes become severe, especially in young children.

Key Prevention Measures: "Keep It Out - Don't Spread It - Kill It"

