



# きゅうしょくだより

令和6年2月

かんのん町 保育園

## ● チキンチキンごぼう (山口県)

学校給食から県内に広まったとされる料理です。揚げた鶏肉とごぼうを甘辛いタレにからめました。保育園ではチキンごぼうの名で提供。

## ● どんどろけ飯 (どんどろけめし) (鳥取県)

豆腐や地元産の野菜を入れた炊き込みごはんのことを鳥取県東部から中部地域にかけて「どんどろけ飯(めし)」という。

「どんどろけ」とは方言で「雷」のこと。油をしき、熱したフライパンに豆腐を入れると、威勢の良いバリバリと炒める音が雷鳴のように聞こえることから名がついた。

## ごぼう

10世紀以前に中国から生薬として日本に伝わってきたと言われています。とても栄養価が高く特に整腸作用や血糖値の上昇を抑える効果のある食物繊維を豊富に含んでいます。

どん  
ど  
ろ  
け  
め  
し



## きゅうしょく 給食での誤嚥・窒息事故防止対策について

「教育・保育施設等における事故防止及び事故発生時の対応のためのガイドライン」(内閣府)より抜粋

### 食事の介助をする際に注意すべきポイント

- ゆっくり落ち着いて食べることができるよう子どもの意思に合ったタイミングで与える。
- 子どもの口に合った量で与える(一回で多くの量を詰めすぎない)。
- 食べ物を飲み込んだことを確認する(口の中に残っていないか注意する)。
- 汁物などの水分を適切に与える。
- 食事の提供中に驚かせない。
- 食事中に眠くなっていないか注意する。
- 正しく座っているか注意する。

「子どもを事故から守る!の事故防止ハンドブック」(消費者庁)より、「食事中に食べ物で窒息」の部分抜粋

### 〈注意ポイント〉(0歳~6歳くらい)

1. パン、カステラ、こんにやく、キノコ類、海藻類、ゆで卵、肉などは、1cm大程度まで小さくして与えましょう。
2. 球形の食品(プチトマト、ブドウなどの果物、飴、チーズ、うずらの卵など)は、吸い込みにより窒息の原因となります。4等分にして、ブドウなどの皮は除去してから与えましょう。
3. いか、エビ、貝など噛みきりにくい食材は0、1歳児には与えないようにしましょう。気管・気管支に入りやすい豆・ナッツ類は、5歳以下の子どもには食べさせないようにしましょう。
4. 食品を口に入れたまま遊んだり、話したり、寝転んだりさせないようにしましょう。また、泣いている子どもをあやそうとして、食品を食べさせるのはやめましょう。