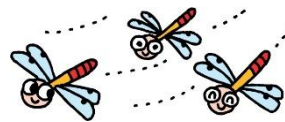




おひさま通信



令和 8 年 9 月 1 日
こぼうしこども園

食育目標：「食べるの大好き」

○食材に触れる ○食事のマナーを身につける

○食べる楽しさや大切さを知る ○感謝する心をもつ



9月になり暦の上では秋となりましたが、今年も残暑が厳しく、暑い日が続いています。まだまだ熱中症には注意が必要です。園でも、継続してこまめに水分補給をするように声をかけていきたいと思います。

秋といえば、読書の秋、スポーツの秋、行楽の秋、芸術の秋、そして食欲の秋です。9月も後半になると暑さも少し落ちつき、体も冬に向けて栄養を蓄えようとします。秋は、野菜や果物が豊富な季節です。園給食でも、秋の野菜や果物など、旬の食材を味わいたいと思います。



グーグル給食アンケートにご協力いただきありがとうございました。今後の園給食に生かしていきたいと思っています。結果につきましては、集計ができ次第お知らせいたします♪



お月見



お月見とは、月の満ち欠けが農作業の大きな指標になっていたことから、月への感謝と豊作の祈願をしたものです。平安時代に、「中秋の名月」を祝う習慣として一般的になりました。団子や里芋など月にみたてた丸いものと、葉先のとんがりに邪気を払う力があるとされているススキをお供えます。今年の十五夜は9月25日です。園では、十五夜にちなんで「お月見クッキー」がです。お楽しみに!!ご家庭でも秋の風物詩であるお月見気分を味わってみましょう。

非常食の準備していますか？

9月1日は防災の日です。いつ起こるか分からない災害に対処するには、迅速な避難や心構え、そして「備え」がとても大切です。園では、災害時用非常食として、長期保存できる水、備蓄用わかめごはん、カレー、野菜スープ、クラッカーなどを備蓄しています。ご家庭では、災害時用の非常食を備えることはもちろん、子どもたちが日頃から食べ慣れているお菓子などをストックしておく、非常時でもストレスを軽減することができます。ぜひ「備え」のひとつとして参考にしてみてください。園でも、毎月の避難訓練はもちろん、おやつ時間に、非常食用のカレーやわかめごはんを試食する機会をつくり、災害時の食事を体験することで、災害時にも安心して食事ができるような備えをしていきたいと思っています。



先月の食育活動より



つきぐみ
ごまスティック

ほしぐみ
かぼちゃのスコーン

にじぐみ
とうもろこしの皮むき

★夏野菜収穫祭～カレーパーティ★ ～みんなで育てた野菜たっぷり給食～



8月5日に、ほし組、つき組、そら組が、栽培活動で育てた野菜を使ってカレーパーティを行いました。この日の給食は、子どもたちが大切に育てた野菜を前日までに収穫し、当日は、つき組さんがトマトつぶし、そら組さんが、包丁を使ってきゅうり、なす、ズッキーニ切りとみんなで力を合わせてつくりました。

《メニュー》

- ・みんなで育てた夏野菜カレー
- ・ズッキーニのチーズ焼き
- ・きゅうりとコーンのサラダ
- ・トマトスープ



そら組さんは、ドキドキしながら包丁を持ち、緊張しながらも上手にきゅうり、なす、ズッキーニを切ることができました。切ったズッキーニには下味をつけてチーズをのせるまでやりました。その後、そら・つき・ほし組みんなでホールに集まり、大きな鍋にカレーを作るところを見学しました。野菜を炒めている時のにおいのかいなり「おいしくなあれ♪」のかけ声をかけたりしながらカレーが完成するまでの時間を楽しみ、出来上がったカレーをみんなでホールで会食しました。大切に育てた野菜は格別なおいしさのようで、苦手だった野菜にも挑戦する姿や、たくさんおかわりをしてお腹いっぱい食べたりと笑顔いっぱいの楽しい時間でした。栽培活動やクッキング活動を行ったことで「嫌いだったけど食べられた」と嬉しい声もたくさん聞こえました。「**自分たちが育てて作った**」という経験は子どもたちの心にしっかり響き、たくさんの楽しみが詰まった貴重な経験となりました。

