

食育だより No.6



H3 1.2.20 北柏駅前保育園わらび
北柏小規模保育園わらび

穏やかな日差しが心地よく感じられるようになりました。まだ冷え込む事もありますが、春の訪れもう間もなくですね。今年度も残りわずかとなりました。3月の食育では、バイキング給食を予定しています。どんなメニューが出るのかは当日までのお楽しみです♪

1月にしては、暖かい日に、ぱいん組（3歳児）、くる組（4歳児）の子ども達は、逆井の日暮さんの畑へ、大根掘りに出掛けました。畑に着くと、200本くらいの大根が、顔を覗かせていて、とたんに子ども達の目が輝きました。長靴に履き替え軍手をはめ、畑の畝に並び「さあ、はじめよ！」と、先生のかげ声で子ども達は、大根の葉っぱと、頭をぐるぐる回してから力いっぱい引っ張りました。「すぽん！」というより、「ずるずるずる〜」大きな立派な大根が抜けました。どの大根も子どもの背丈の3分の2くらいはあります。さあ次はトラックの荷台まで自分で運びます。「重いよー」「長いよー」「どうやって持つの？」みんな四苦八苦。「引きずったら折れちゃうよ〜」、「あかちゃんみたいに抱っこしてみて」と、先生の優しい言葉に子ども達は大根を大事に赤ちゃんを抱くようにして、無事にトラックまで運びました。1人3本も、4本も抜き大満足。その日のおやつに、子ども達の前でバター醤油味の「大根ステーキ」をホットプレートで焼きおいしそうに食べていました。大収穫により、園児全員に大根のお土産がありました。お家では、どんな大根料理を食べたのかな？



調理員
土屋 みゆき

本年度も毎日給食を食べてくれてありがとう！

離乳食だったさんご組さんは一人で食べることが出来るようになりました！ちゅら組さんは毎年野菜が苦手なお友達が多いのですが「お肌ツルツルだよー」と食べています。ごーや組さんは先生が目の前でおかわりのご飯をよそっているからおかわりの量がだいぶ増えました。ぱいん組、くる組さんはパンやバター作りなど小さなシェフが大活躍でした。「みゆきさん何かすることある？」と、給食室に声を掛けてくれるお友達もいます！うれしくてたまらない瞬間でした。これからもみんなが笑顔になれる給食を目指して頑張っていきたいと思います。



1年間の食育活動を通して…



栄養士 廣木美里

平成30年度は『食材に興味・関心を持ち、みんなでおいしく食べる』というねらいのもと様々な食育活動を行ってきました。子どもたちは1年間の行事や活動を通して体も心も大きくなり、たくさんの思い出ができたと思います。子どもたちの楽しそうな姿や一生懸命な姿がたくさん見られました！進級するたびに出来る活動も増えていきます♪一年間を振り返ってぜひご家庭でも園での食育活動について話題にしてみてください。



シーサー豊嶋さんのひめわか便り

技術員 豊嶋俊一

雨が降りません！畑もからっからに乾燥しています。巷ではインフルエンザが猛威を振るっています。皆さんの中にも犠牲になった方もいらっしゃると思います。大変でしたね。まだまだ注意が必要です。手洗い・マスク・水分補給・睡眠・それと十分な栄養（ビタミン豊富な野菜を摂る）が肝心です。先日、くる組（4歳児）とぱいん組（3歳児）でやっと大根掘りが出来ました。風が強い日でしたがひめわかは無風のポカポカ日和です。30本位有りましたがぱいん組（3歳児）は一人1本、くる組（4歳児）はなんと残り全部を抜いてくれました。今大根は洗ってひめわかに干してあります。沢庵漬けにします。おいしく出来たら皆様にお分けます。お子様の掘ったダイコン是非ご賞味ください。



4月 たけのご掘り



5月 こいのぼりライス



6月 らっきょう掘り



7月 セタ流しそうめん



8月 カレーライス作り



9月 お月見バイキング



10月 パン作り



11月 米米パーティー



12月 クリスマス給食



1月 七草粥



2月 おにさんライス



3月 バイキング給食

お楽しみ♪

