



金沢愛児園
2022年9月号

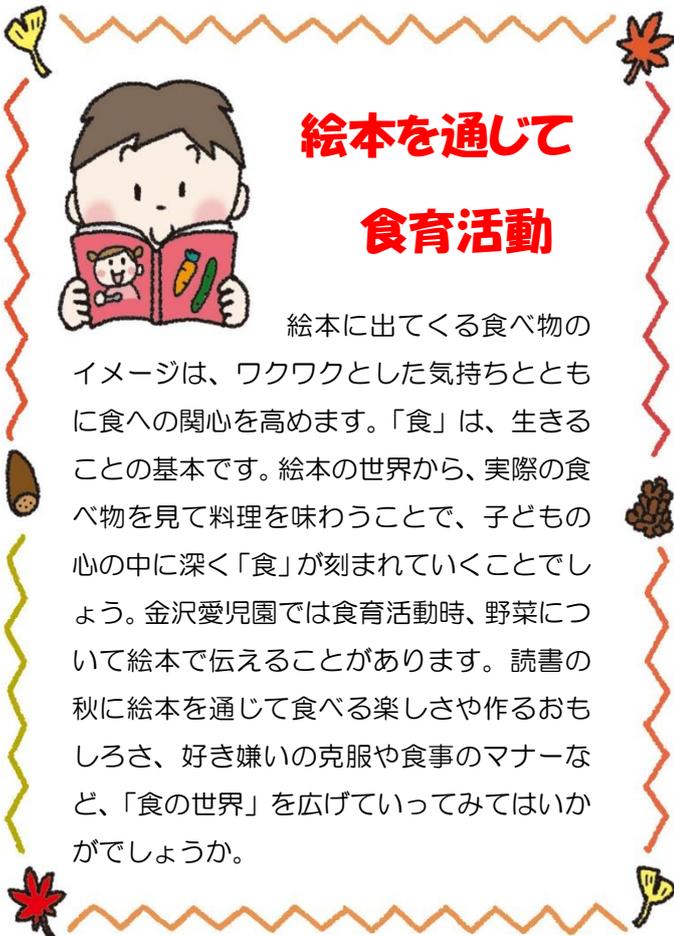
厳しかった夏の陽ざしも秋風とともに和らいできました。これからは、「秋」本番が始まります。芸術の秋・読書の秋・スポーツの秋・食欲の秋と、いろいろな秋を満喫しましょう。

～食育活動の記録～

★さくら組・ちゅうりっぷ組・すみれ組・たんぽぽ組はとうもろこしの皮むきをしました。保育士が手本を見せると、興味深く聞いているようでした。皮が何枚も重なっていることやたくさんヒゲに驚きながら自分たちでむきました。黄色い実が見えると『とうもろこしあった!』『つるつるだ!』ととても嬉しそうでした。

★もも組はモロヘイヤの茎から葉を取りました。モロヘイヤを知らない子が多く、調理するとネバネバするというモロヘイヤの特徴を伝えると驚いていました。翌日、みそ汁に入れておいしくいただきました。

★ちゅうりっぷ組はおやつ(うめわかめおにぎり)をにぎりました。『上手にできるかな?』と心配そうにしていますが、『好きな形でいいよ』と伝えるのにぎりはじめ『私はこんな形になった』と見せてくれ楽しみながらできました。自分たちでにぎったからかいつも以上によく食べていました。



絵本を通じて 食育活動

絵本に出てくる食べ物のイメージは、ワクワクとした気持ちとともに食への関心を高めます。「食」は、生きることの基本です。絵本の世界から、実際の食べ物を見て料理を味わうことで、子どもの心の中に深く「食」が刻まれていくことでしょう。金沢愛児園では食育活動時、野菜について絵本で伝えることがあります。読書の秋に絵本を通じて食べる楽しさや作るおもしろさ、好き嫌いの克服や食事のマナーなど、「食の世界」を広げていってみたいかがでしょうか。

非常食の準備

9月1日は防災の日です。非常食には、水・米(アルファ米)・パン・缶づめ・ビスケットなどがあげられます。金沢愛児園では9月5日は「防災献立」です。昼食の主食にアルファ米のわかめおにぎり、おやつに非常食のライスクッキーを提供します。非常食としての備えも大切ですが、子どもが日常的に食べ慣れているお菓子なども賞味期限ごとに買い替えをしてストックしておくといいと思います。

