



2024. 9. 1 戸塚愛児園

まだまだ暑さが続きますが、虫の声や朝夕の風に秋の訪れを感じられるようになってきました。
さて、今年の夏は猛暑日が続いた影響により新米が出てくるまでの間、米不足にお困りのご家庭もあるか
と思います。愛児園では、非常時に備えお米を備蓄してありますので、安心して下さい。
そして、災害などの非常時には、非常食を使用した5日分の献立や普段の給食で使用している「乾物・お
せんべい・液体ミルク」などをローリングストックして用意しております。ぜひ、この機会にご家庭の備蓄
やローリングストックのご確認をしてみてください！

【9月9日は重陽（ちょうよう）の節句】

重陽の節句とは、5つの季節の節目を祝う日本の
伝統行事、五節句（1/7・3/3・5/5・7/7・
9/9）のうちの一つです。

菊の節句とも呼ばれ、菊の花を飾ったり、菊や
栗・なすを使った料理を食べたりして、無病息災や
長寿を願います。園では、「菊の花を入れたほうれ
ん草のお浸し」と「なすの味噌汁」を食べて子ども
たちの健康を祝います。

【9月17日は十五夜】

- 十五夜とは、1年で最も美しいとされて
いる「中秋の名月」を鑑賞しながら、収穫
などに感謝をする行事です。
- 月見団子や芋類をお供えして、実りの秋
に感謝しながら、ご家族で美しい名月を鑑
賞してみてください。



【正しい食具の持ち方や発達について】

1歳児クラスでは、年間食育目標の『明るく温かい雰囲気の中で楽しく食事をする』ことを基に、手づ
かみやスプーンを持って“自分で食べたい”という気持ちを大切にしています。

乳児期から、手指を使うあそびを取り入れ、新聞ちぎり・シール貼りなど日々のあそびを通して正しい
スプーンやお箸の持ち方に繋げられるように取り組んでいます。

そこで、園で最初に出会う食具の持ち方や発達についてご紹介致します。



上手持ち 下手持ち 3支点持ち 正しいお箸
の持ち方

- ★ 上手持ち：最初は、スプーンの柄を上から握る。
- ★ 下手持ち：手首が動くようになり柄を下から握る。
- ★ 3支点持ち：親指と人差し指ではさみ中指で支えて持つ

「3支点持ち」が出来ると、お箸への移行がスムーズです。お子さんの食具の持ち方に注目し、ご家庭
でも参考にしてみてください。分からない事などありましたら、クラスの担任にお気軽にお声掛け下さい。

【人気のレシピ ♪ えのきハンバーグ】

	幼児1人分	乳児1人分	
・豚ひき肉	42g	34g	① 玉ねぎをみじん切りにし、軽く炒める。
・玉ねぎ	18g	14g	② えのきは、1cm位に切る。
・えのき	10g	8g	③ 豚ひき肉をよくこねて、①と②・高野豆腐・豆乳・コンソ
・粉末高野豆腐	3.6g	2.9g	メを加えて粘りが出るまでこねる。
・豆乳	7.7g	6.2g	④ 砂糖・ケチャップ・ソース・しょうゆ・水を煮詰め片栗粉
・コンソメ	0.2g	0.2g	でとじてソースを作る。
・砂糖	0.3g	0.2g	⑤ ③を形成し、180℃のオーブンで13分焼く。
・ケチャップ	1.3g	1g	⑥ ⑤に④のソースをかけて出来上がり。
・ソース	0.6g	0.5g	
・しょうゆ	0.2g	0.2g	
・片栗粉	0.1g	0.1g	
・水	3.3g	2.6g	

☆えのきハンバーグは、きのこの苦手なお子さんにも大人気です。ぜひ作ってみてください☆

