



2024. 11. 1 戸塚愛児園

木の葉が色づき、秋の深まりを感じる季節になりました。
季節の変わり目は体調を崩しやすいので、栄養満点な旬の食材を織り交ぜながら、しっかりと食事を取り
元気いっぱいに秋を満喫しましょう。

☆ゼリーバイキング（10月3日）とカレークッキング（10月8日）を行いました☆

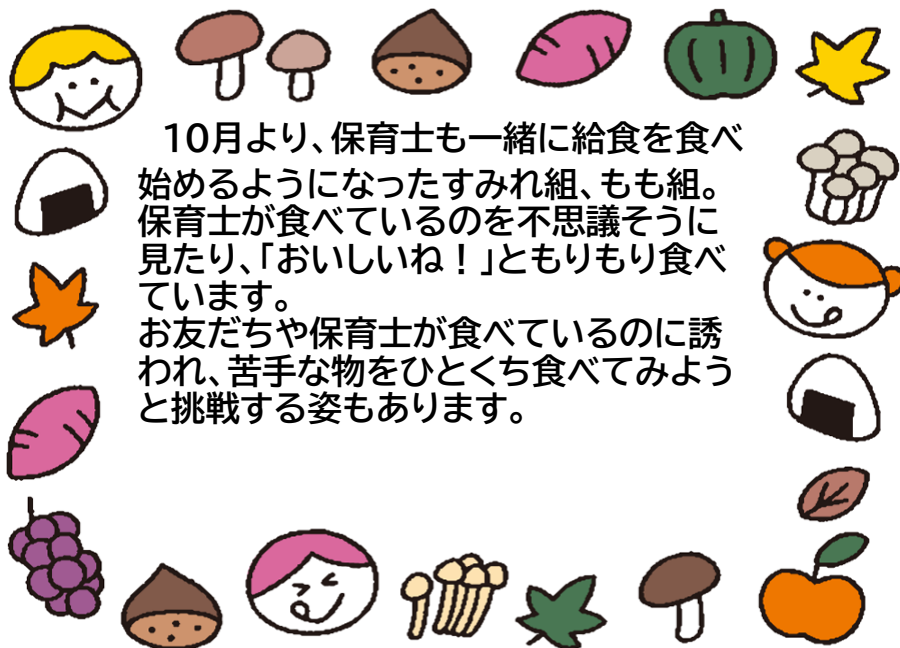
【4・5歳ゼリーバイキング】

自分で好きな味や果物を選び、きらきらカップに入れていました。
目を輝かせながら「きらきらしてる!」「全部入れたらきれいな色になったよ!」と教えてくれました。
自分で盛りつけたゼリーは特別感があり、おかわりにも行列ができていました。



【5歳児カレークッキング】

はじめてピーラーと包丁を使いました。
『家で使ったことあるよ!』という声も聞こえてきました。
挑戦したい子、緊張する子と様々でしたが、保育士、栄養士と一緒に全員が挑戦することができました。
具材を炒める音や、煮込む様子も楽しみました。
煮込んだ具材にカレールウを入れると大盛り上がり!
完成したカレーをととてもおいしそうに食べていました。



10月より、保育士も一緒に給食を食べ始めるようになったすみれ組、もも組。
保育士が食べているのを不思議そうに見たり、「おいしいね!」ともりもり食べています。
お友だちや保育士が食べているのに誘われ、苦手な物をひとくち食べてみよう
と挑戦する姿もあります。

11月11日 炊き出し訓練を行います

- 園庭にかまどを出して火をおこし、ローリングストックしている切干大根と高野豆腐を使用して味噌汁を作ります。
- 4歳児はクラスにて試食を行い、5歳児は地域の方と一緒に試食をします。
- また、備蓄しているアルファ米のわかめご飯をおにぎりにして提供します。

11月24日は和食の日です

11月24日は11(いい)2(にほん)4(しょく)の語呂合わせから「和食の日」です。
和食とは料理のことだけではなく、日本の豊かな自然や気候風土のもとで育まれてきた「自然の尊重」という精神に基づく食文化です。

愛児園では和食の大切さを再認識するきっかけとなるように、積極的に和食を取り入れています。

子どもたちは「焼きおにぎり、煮魚、きんぴらごぼう、切干大根の煮物」といった和食が人気です。

また「いただきます」「ごちそうさまでした」のあいさつは命あるもの、自然の恵みへの感謝の意味がある日本独自の文化です。
素敵な習慣なので大切にしていきたいですね。

