



# 給食だよ!

2024年7月31日(水)

## 夏野菜の力で夏を乗り切ろう!!

梅雨も明け、厳しい暑さが続いています。夏は暑さで食欲が低下し、汗と共にミネラルが排出されて、栄養不足になりがちです。食欲増進作用のある食材を使用したり、見た目から食べたい思いが膨らむような盛り付けを工夫しています。先日はおやつ焼きそばを子どもたちの目の前で作って、屋台ごっこをしたたんぼほぐみ。保育者と同じように麺を混ぜるまねっこをして楽しんでいました。子どもたちがどうやったら、楽しんで食べられるかをクラスと共に考え合っていきたいと思っています。

雨や風、太陽の光など、天の恵みをたくさん吸収し、子どもたちが植えた野菜の苗や種がすくすく育っています。採れたて野菜でどんなお料理ができるか、子どもたちと考えながら食べることを楽しんでいけたらと思っています。

8月も引き続き、夏野菜をおいしく楽しく味わっていききたいと思います。

## 食べることで平和について

7月30日(火)に「平和のつどい」を行いました。

子どもたちにとって食べる時間は幸せであってほしい、日々そう願っています。子どもたちが幸せを感じるからこそ、『平和』です。今年、つどいの中で1日の給食に使う食材を全て子どもたちに紹介しました。“すご～!!”と、あまりにもたくさんの量に驚く子どもたち。みんなでこんなにもたくさんの食材を食べることができていると感じました。戦争は、人、動物、生き物、食物、植物全ての命を奪います。給食前には少量のごはんをお茶碗に盛り、昔はこの量をみんなで分けて食べていたことを伝えました。“こんな量じゃ、全然お腹いっぱいにならないと思う…”と、悲しそうな表情になる姿もありました。

今ある平和な日常にある幸せを感じながら、給食も味わいました。そして、一刻も早く世界中から戦争がなくなること、平和な日常が続くことをみんなで願いたいと思います。これからも、子どもたちに『平和であることの大切さ』を伝え続けていきたいと思います。



## 食材をより身近に感じて

～明日の給食なみに～

本園の玄関前にある食育コーナー。夕方には、明日使う食材が飾られています。夕方に2階から降りてきた子どもたちが一目散で向かっていく大好きな場所になっています。好きな野菜を選び、友だちと見せ合いっこしたり、いろいろな先生にも見せにいきます。

“これ、何のお野菜?”“ぱぶりか!”“すごーい。よく知ってるね～”そんな会話も楽しくて、代わる代わる野菜を持っていきます。本当にいろいろなお野菜を覚えている姿があります。日常的に、野菜に触れたり、調理をする様子を見たり、自分たちもつくる経験を積み重ねる中で、食材への興味がぐんと膨らんでいる子どもたちです。ぜひ親子でも見て触れて会話を楽しんでくださいね。



## 食べることは人とつながり生きること

～苦手が“もっと”に変わる、友だちとのつながり～

Mちゃん:Mちゃん、パプリカもきのこも嫌いやったけど、食べてるよ～

Hちゃん:Hちゃん、オクラも豆腐も食べてる～。  
みんなピカピカいっしょだね～。(お皿を見せ合う)

同じグループのYくんが、スープのしめじが食べられなくて困っていると…

Mちゃん:Yくん、Mちゃんきのこ食べたら、こんなに背が大きくなったんだよ～。Yくんも大きくなるよ～!

Hちゃん:Yくん、おかわりしたいものないの～?  
これ食べたらおかわりする～?

Yくん:Yくん、いっぱい食べて大きくなる!  
と、しめじを口に入れました。

Mちゃん、Hちゃん:Yくんすごーい!!!  
Yくん:Yくん、おかわりする!

その後、サラダとスープのおかわりをしていましたよ。



## おかえりなさいかしー

～あじさいぐみお泊り保育～



7月はあじさいぐみのお泊り保育がありました。今年度は初めて園外でのお泊り。帰ってくることもたちのために保護者の方とカレーを作って待つことに…保護者同士で、メニューや使う野菜を決めたり、子どもたちがおいしく食べられるように見た目や調理法も考えてくれました。“もっと、夜の時間を自由に過ごせるかと思ったら、寂しくて何もできなかったわ”“わかる、わかる”と、カレーを作りながら子どもと離れた夜の過ごし方を交流したり、和気あいあいとした時間でした。お母さんたちの作ったカレーを思い出話と共に味わい、笑顔いっぱいお腹いっぱい子どもたちでした。おいしいカレーをありがとうございました。



## 保護者アンケートにご協力ありがとうございました

給食に対するたくさんの声を聞かせていただきありがとうございました。感謝や励ましの声が、職員の支えになります。頂いたご意見についてお答えします。

### 1、魚料理を増やしてほしい

今は、週に2回程度で献立に盛り込んでいます。秋頃から旬の魚の種類も増えるので、献立にもたくさん盛り込んでいけたらと思います。幼児期には、骨のある魚の食べ方も知る機会をつくっていききたいと思っています。

### 2、サンプルケースの活用について

サンプルケースには、本園では『2歳児』分園では、『5歳児』の量を展示しています。量だけでなく、切り方も乳児(食べやすいように)幼児(しっかり噛めるように)などの工夫もしています。実物でしっかりと見て頂きたい思いがあります。お迎えが遅い保護者の方にもできるだけ見ていただけるように考えていきたいと思います。