



給食だより

2024年度 おひさま岡町保育園



おなかの中がじわっとするね

2月3日、立春を迎え暦の上では春となりますが、まだまだ寒い日が続いています。

手をこすり合わせ、真っ赤な鼻で散歩先から帰ってくる子どもたち。温かいごはんをよそったお茶碗を持ち“はあ〜、あったかい”、お汁を飲み、“おなかのなか、じわってするなあ”と、ほっこりとしている姿があります。そんな子どもたちの姿を見て、身体も心も温まるような給食づくりをこれからも大切にしたいと感じました。

2月には、2〜5歳児の発表会があります。前日には、給食室からがんばろーランチをつくって子どもたちの気持ちを支えます。また発表会当日には、この1年の子どもたちの姿をお話させていただきます。子どもたちの成長を共に喜び合える機会になればと思っています。

がんばろーランチの様子はまた掲示物で紹介します。お楽しみに。



【2月子どもたちに届けたい給食】

<感染症予防には、βカロテン！>

まだまだ感染症が心配なこの季節。粘膜の防御機能が低下していると、ウイルスなどが侵入しやすくなってきます。そこで、粘膜や免疫機能を強くしてくれる“βカロテン”を積極的に摂ることが予防につながります。

“βカロテン”は、にんじん、ブロッコリーなどの緑黄色野菜や、旬の柑橘類に多く含まれています。身体を温める根菜類と共に、たくさん食卓に並べて、家族みんなが元気に過ごせるようにしましょう。

またレシピコーナーにおすすめレシピを配布しますね。

<春野菜はパワーの源>

店先には、春野菜も並び始めました。春野菜は、冬の間に運動不足で低下した代謝を活発にして、身体を元気にしてくれる作用があります。その秘密は、抗酸化作用のある植物性アルカロイドが老廃物を排除してくれたり、免疫力を高める作用があるからです。

2月の給食でも、菜の花や、若ごぼうなどが登場します。独特の香りと苦みがあるのが特徴的な春野菜。子どもたちもおいしく食べることができるようメニューの工夫もしていきたいと思っています。

たのしく食べて新年をスタート

～食べることは人とつながり生きること～

1月16日(木)は、みんなで新年のクッキングを楽しみました。乳児のこどもたちは、みんなで一つのお鍋をつくりました。つくし・れんげのこどもたちがちぎったお野菜、たんぼぼぐみが型抜きしたお野菜やはんぺん、すみれぐみのちくわウインナーの串刺しが入ったほかほかのお鍋でした。どんどん具が増えていくことがうれしくて、鍋を覗き込みながら出来上がりを楽しみにしていました。“たんぼぼさんの人参おいしいよ〜”と、クラスを越えて声をかけ合うこどもたちの姿がありました。

幼児のこどもたちは、新年のお祝いメニューづくり。きれいな花型の卵がのったちらしずし(あじさい)に、花型の金時人参と大根が入った紅白汁(なのはな)そして、しまいやへびの形のハンバーグ(ひまわり)をつくりました。“ひまわりさんってすごいな〜”“なのはなさんのこの型抜き上手やん!”“お寿司めっちゃおいしくて止まんわ〜”思いを伝え合いながら、食べているこどもたちでした。今年も、食べることをたくさん楽しめようという願いを込めた、新年1回目のみんなでクッキングでした。

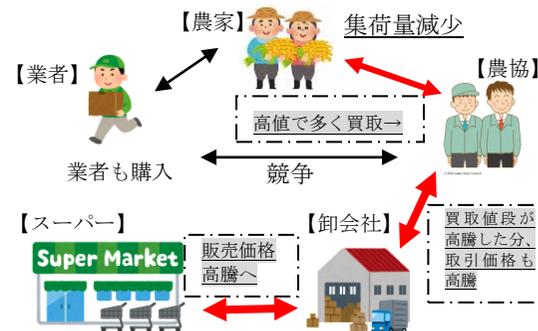


お米、お野菜が高いです!!

～物価高騰から感じること～

“ゆずが1玉450円します”“がんばって安くしても、キャベツ1玉450円になります”と、日々八百屋さんから連絡が入ってきます。給食費の予算と照らし合わせながら、その都度食材を変えたり、メニュー自体を変更しながら対応しています。(変更があった場合は、今日のきゅうしょくに記載しています)

お米は、新米の入荷が始まると価格が安定すると言われていましたが、相変わらずの高値です。なぜこんなに高いのでしょうか?11月に、『24年産米集荷2割減』と報告されました。そのような中で、JAの集荷量が3割以上減少している地域もあります。JAに出す予定のお米が他県の業者などにもお米が流れている現象もみられます。そのため、農協などが農家に払う概算金を引き上げて、たくさんお米を集められるようにしている結果、農協と米卸会社との取引価格も上がっているという現状があります。(下記図参照)



そもそも米不足、価格上昇の背景に、国内の米消費が減少し続けることを前提に、生産量を減らす減反政策を行い米農家が減少し米生産自体が減っているのです。食の欧米化、多様化が進む中で政府は今後も米の消費量は減少していくことを前提に政策を進めています。日本人の遺伝子に合った食は、和食です。今一度、和食のおいしさ、大切さを見直していきたいと感じる今日この頃です。