

3 月号 給食だより



早いもので今年度も残り一か月となりました。子どもたちは給食を食べる量が増え、苦手な食材にも取り組む様子が見られるようになりました。今月は4、5歳児のお子様がリクエストした献立を取り入れました。残りの時間の中でも食事の楽しさやお友達と食べる喜びを感じてほしいと思います。

1年間の食育活動

今年度は園庭の畑の他、農家の方にご協力を頂き沢山野菜の収穫ができました。0歳児は、夏野菜のスタンプ体験し、野菜に親しみました。1歳児は、夏野菜スタンプの他はつか大根栽培にも挑戦し、スープにて味わうことが出来ました。2歳児は、カブの葉が枯れてしまい2回種まきしゃっと収穫することができました。フルーチェなど身近なおやつ作りや餅つき会にも参加し、体験が増えた年になりました。3歳児は、じゃがいもの収穫、スイカ割り、りんご狩り、アップルパイ作り、芋煮会にてこんにゃくちぎり、餅つき会参加など体験活動を意欲的に参加していました。4・5歳児は、通年において畑の栽培や農家のかたとの触れ合いを楽しむことが出来ました。苗を買いに行く体験から始まり、いんげん、えだまめ、大豆、白菜、大根、さつまいも掘り、餅つき、チョコフォンデュなど菜園活動を始め様々な体験を通してきました。自分たちで育てた野菜には特別なものがあり、苦手な食べ物も食べてみようとお友達と箸を進める姿が印象的でした。子ども達と一緒に生長の過程をみて、つくる人、料理する人に親しむ機会になったことは良い食育体験ができたように思います。

KAEDE HOIKUEN
MY DREAM ARE GROWING UP HERE.
CRESCENDREAMS



発行日 / 平成30年3月1日 石ヶ森宗彰



非常時のために備えよう！

東日本大震災からまもなく7年経とうとしています。大人以上に子ども達の食事やおやつ、生活用品等備えは必要になります。非常食の備えを行いましょう。また、年に1度、期限切れがないか再度確認することも大切です。

【主な非常食】

- パックご飯…湯煎なしで食べられるものもあります。
- 備蓄用パン…長期で保存できる缶詰がおすすめ
- レトルトカレー…非常食の定番！
- フルーツ缶詰…ビタミンやミネラルの補給に
- 飲料(ペットボトルや缶)…飲料水の消費期限は見落としがちです。
- お菓子…保存期間が長いものが多く気分転換にも！



非常食として備えても、子どもは食べたことがないものに対する抵抗がおいにあります。消費しながら買い足していく「ローリングストック」という方法があります。お子様が好きな食べ物やおやつ、非常食を消費する際に確認しておくといでしょう。