



給食コラム



～そらぐみ～

そら組では11月13日にスイートポテト作りを行いました。お芋は年長児、年中児が丹波へいき、芋ほりをして収穫したお芋です。

「どんなお芋かな？」とドキドキワクワクの子どもたち。まずはお芋がどんな味かな？とふかしただけのお芋を食べることに。一口食べるとすぐに「おいしー！」「甘い！」と笑顔いっぱいでした。

お芋を食べ終わると、いよいよクッキングスタート。年長児、年中児、年少児で一つのグループを作り、年長児が中心となって、お芋をつぶしたり、砂糖、豆乳を入れたり、すべてこどもたちで行ないました。最後の形作りは、子どもたちが好きな形を決め、手でこねて作りました。丸い形、細長い形、大きい形などいろいろな形ができ、子どもたちらしい可愛いスイートポテトが完成しました。

作ったスイートポテトはその日のおやつで食べることに。自分たちで作ったスイートポテトを「めっちゃ美味しい！」と全員がおかわりをして、たくさん食べました。その後、他のクラスの先生や給食の先生に作ったスイートポテトをおすそわけに行きました。みんな「美味しい！」と食べてくれて、とっても嬉しそうな子どもたちでした。

今後も作る、食べる楽しさを感じられる様なクッキングを考え、子どもたちと楽しんでいきたいと思います。



子育てメッセージ

～全国私立保育園連盟～

**わが子を抱きしめる
小さな体はもちろん
思いも 感情も ぜんぶ抱きしめる**



小さいときの思い出はあまり残らないけれど、あたたかい胸の中や膝のうえで憶えた安心感は、いつまでも忘れません。

子どもがいちばんほしいのは、あたたかさやさしさと、信じてもらえる安心感。

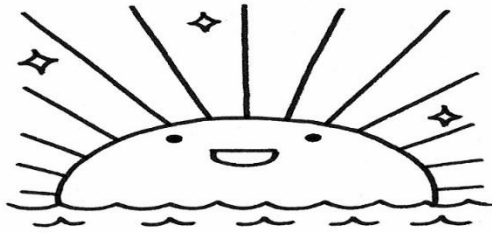
だから、心の豊かな子どもに成長するためには、大人から豊かな心をいっぱいもらうことが大切なのです。

給食だよ!

「おおみそか大晦日」

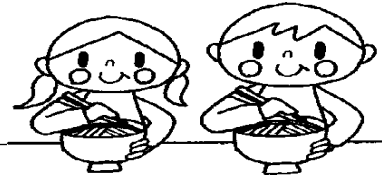
12月に入ると、いよいよ2018年もあと少しですね。1年の最後の日である「おおみそか大晦日」は、日本で古くから知られている行事の一つでその歴史は平安時代までさかのぼるそうです。

「おおみそか大晦日」は「正月」の行事の一つで、新しい年の穀物に実りをもたらし、私たちに命(年)を与えてくださるとしがみ歳神さまをまつ祀る意味が強いそうです。昔の人たちは“一日は夜から始まり朝に続く”と考えていたので「おおみそか大晦日」は新しい年の始まりでした。

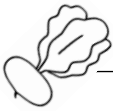


ちなみに、「年越しそば」は江戸時代から食べるようになりました。なぜ「年越しそば」になったのかはさまざまな説があります。かつてきんぱく金箔職人が飛び散った金箔を集めるためにそば粉を使ったことから“年越しそば”を残すと翌年よくとし金運に恵まれない”といういわれもあります。

いまでは年末の行事として扱われている「大晦日」ですが、かつては一年の始まり。新年の穀物の実りを胸の中で願いながら「年越しそば」を食べてみてはいかがでしょうか？



旬の食材



かぶ

根と葉で栄養成分が異なる野菜です。根はビタミンC、葉はカルシウム・カリウムなどが豊富に含まれています。汁物などにまぜてもおいしいです！



みかん

数多くある柑橘系の中でも、子どもが大好きな果物！みかんにはビタミンAやビタミンCなどが多く、風邪や肌荒れの予防にはぴったりです！

今月のおすすめの
おやつレシピ♪



「おふラスク」

☆材料☆ ・麩 (小さめ) 20g ・バター 大さじ2
・グラニュー糖 大さじ2 ・シナモン 適量

☆作り方☆

- ① バターを耐熱ボウルに入れ、電子レンジにかけてとかしたところに麩を入れて、全体にからめる。
- ② バターが完全にからまったら、グラニュー糖とシナモンをまぶし、オーブンシートを敷いた鉄板の並べ、180℃に温めたオーブンで10分焼く。