

まげしよくだより

2019.2.1
あおぞら保育園
今月の目標
風邪に負けない
体力づくり

2月号

暦の上では「春」ですが、一年で一番寒いのが2月。保育園では風邪やインフルエンザが出ています。外から帰ったらすぐに「うがい・手洗い」をし、バランスの良い食事と十分な水分を摂るなどの予防策をしっかりととり、風邪に負けないよう気を付けましょう。



節分のたべもの



大豆

豆まきの時に使います。季節の変わり目に起きやすい体調不良(邪気=鬼)を払い、福を呼び込むために行います。

いわし

鬼は鯛の匂いが嫌いだとされており、鬼を追い払うものとして考えられていたようです。

恵方巻き

巻き寿司は、福を巻き込むといわれる縁起ものです。恵方(2019年は東北東)を向いて、願い事をしながら黙って食べます。しゃべると運が逃げてしまうそうです。

紹介した3つの食べものは、1月31日の節分の日会の給食にも登場した食べものです。幼児クラスでは、自分で恵方巻を巻きました。大豆はサラダに、鯛はつみれ汁に使いました。31日の給食ブログにも写真付きで紹介しています。

★給食の様子★



★うさぎ組★
「どうやってつくったの??」と質問するのがブームです。よく出てくるメニューの作り方は覚ええました!

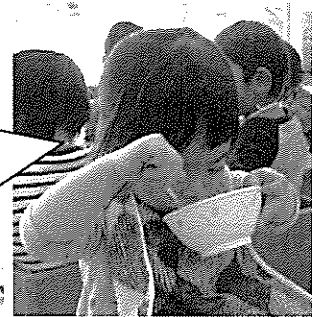


★つき組★
毎年恒例になったおせち給食です。4,5歳児クラスはお重に詰めて出しました。料理の意味も考えながら、今年1年の幸せを願って食べました。

★ことり組★
お箸を取り入れ始めました。まだ上手に使いこなすことは難しいですが、遊びやゲームの中で練習をしています。



★べんぎん組★
「おいしい!」と言いながら、もりもり食べてくれます! 特に和食メニューが人気です。



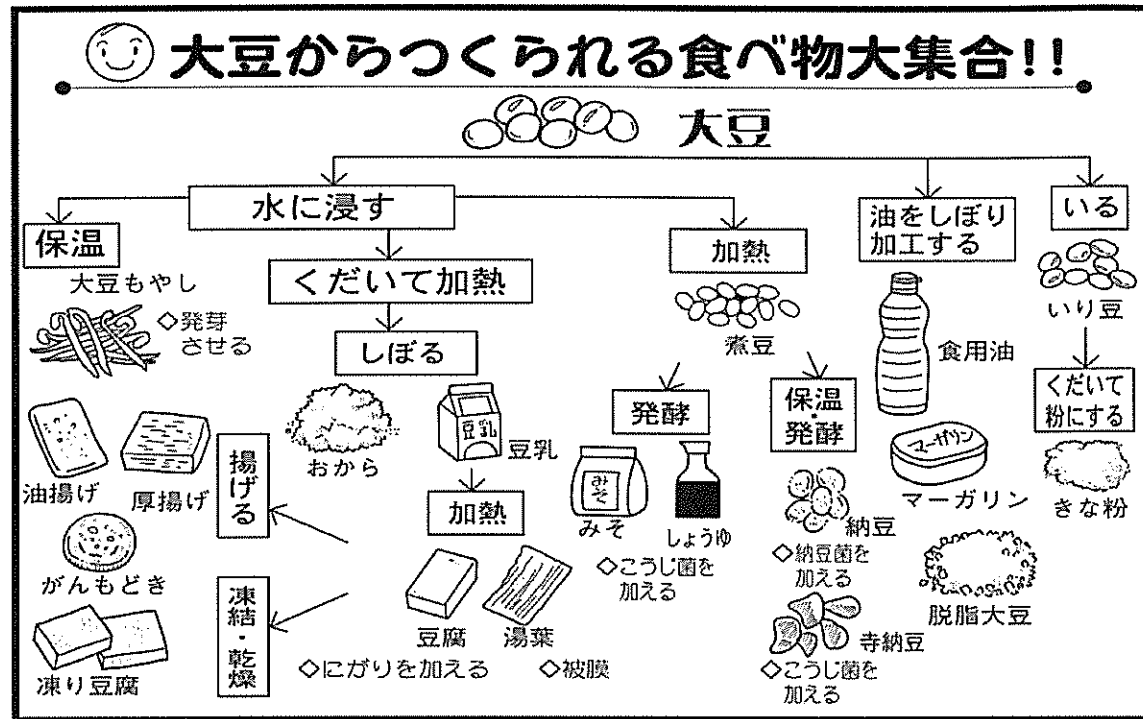
★はな組★
今月はお弁当給食が3回もありました。子ども達は、毎回とても楽しみにしていました。



★ひよこ組★
食べられるもの、量、できることがどんどん増えて、給食の時間がますます楽しくなりました。

畑のお肉 大豆

豆まきの豆は大豆です。大豆は良質なたんぱく質が豊富で、いろいろと調理加工され食べられています。大豆そのもので食べるよりも豆腐などに加工されることで、消化吸収も良くなります。給食でも積極的に大豆製品を取り入れています!



手作り味噌完成



つき組さんが去年の3月に作った味噌が、12月の終わりに完成しました! 子どもたちは、完成をととても楽しみにしていて、時々「味噌はどうなった??」と、色や香りが変わっていく様子を観察してきました。



出来上がった味噌は「他のクラスのお友だちにも食べさせてあげたい!」と子どもたちからの提案があったので、みそきゅうりにしておすそ分けしました。



他のクラスのお友だちから「おいしい!」と言ってもらえてとてもうれしそうでした♪「どうやって作ったの?」という質問には、材料や作り方を説明していました。

2月の調理保育ではこの手作り味噌を使ったお料理で、ことり組・はな組のお友だちをおもてなしします。