令和５年　９月

　暑い夏も終わりが近づき、少しずつ過ごしやすくなってきました。夏バテはしてないでしょうか。これからの季節「食欲の秋」といわれるように、美味しいお野菜、果物、お魚がたくさんあります。給食でも旬の美味しい食べ物を取り入れ、食欲の秋を楽しめるご飯を作っていきたいと思います！

９月１日は「防災の日」です

　この日は過去に関東大震災が発生した日でもあり、台風が発生するのがこの時期に多いことから防災の日が作られました。たくさんの被害を出した大災害を忘れずに、災害があった時に安全に過ごすための心構えをする日です。保育園では災害時の食事は非常食を提供します。

非常食はローリングストックがおすすめです！

　ローリングストックとは、災害に備えた食料品などを、日常的に食べて買い足すことを繰り返しながら備蓄することです。普段から缶詰やレトルト食品や水などを少し多めに備えて、賞味期限を見ながら日常的に使って買い足していけば無理なく備蓄もできて災害時に非常食として活用できます。また備蓄は古い物から使って補充することで、賞味期限がすぎて捨ててしまう食品ロスを防ぐことが出来ます。

　また非常食としての備えも大切ですが、子どもが日常的に食べ慣れているお菓子なども賞味期限ごとに買い替えをしてストックしておきましょう。園では水やお米の他にお菓子も備蓄しています。

災害時には、子どもは環境の変化により、精神的に不安定になるため、食べ慣れたお菓子が心を癒し、命を救います。

～7 月の流山市を知ろうの食育～

・今年度のテーマ「流山市を知ろう」の 7 月の食育の取り組みですが、7 月 27 日のおやつの枝豆入りポンデケージョの枝豆を近くの農家さんから買い、おやつの前に子どもたちに紹介をし、枝豆が入ったポンデケージョの他に塩ゆでしたそのままの枝豆も食べてみました！

子どもたちからは、「美味しいね！」の声が数多くありました。7 月は気温の関係で子どもたちとはお買い物に行けませんでしたが、気温が下がり、過ごしやすくなりましたら、また子どもたちと近くの農家さんに流山産のお野菜を買いに行けたらと思います。

～夏野菜収穫～

幼児組で育てていたピーマンが 8 月に収穫できました！子どもたちが給食室に直接「ピーマンできたよ！」と持ってきてくれました♪夏野菜カレーの中に入れて提供しました。

約 11 ㎝まで成長しました！

フォーク・スプーン🥄お箸🥢頑張っています！

　7 月からスプーン・フォーク、お箸の練習を幼児組で始めました！

はじめはスプーン・フォーク、お箸の歌の動画をみんなで見てから基本的な持ち方やマナー・姿勢について学びました。その後からみんなで声を掛け合いながら、座り方や持ち方をお友達同士で確認する姿も見られました♪中には「今日の給食、全部お箸で食べたよ！」と報告してくれる子もいました。今後もゲーム等を通して、みんなで楽しく学んでいきたいと思います。