

食育だより

No. 7

令和7年11月 1日

認定こども園
東雲幼稚園
TEL 54-8220

給食担当 佐藤 裕美

あちらこちらで紅葉の情報が聞かれ、これからは日を追って、秋から冬への移り変わりを感じます。寒暖の差もあるので体調に気をつけて、ウイルスから体を守り、免疫力を下げないためにも栄養と睡眠はしっかりとしましょう。



さつまいも堀り

畑ではぐんと伸びたつると葉っぱが茂り、いつでも収穫できる状態。10月15日(水)に園の畑に植えていた『さつまいも』をみんなで掘りました。つるを引っ張ったり、土に触れたり、ふだんでできない体験を楽しみながら、収穫の喜びを味わいました。



皆で力を合わせて「そ〜れ！そ〜れ！」つるを引っ張ります。つるが絡まっていて結構大変な作業ですが、綱引きみたいで子どもたちは楽しそう。



土が見えたら「さつまいも」探し。「ここにあるかな？」土を掘って、掘って、掘って…。「大きいのとれたよ〜!!」



掘りたてさつまいもに警戒する桃組さん。



焼きいも会(10/28)



皆で事前に拾い集めた園庭の落ち葉を使用し、焼きいも会を行いました。次回の食育だよりに掲載予定です。

今年は不作で収穫量はこれだけでしたが、給食のさつまいも料理をお楽しみに♪

おつかい体験(松・竹組)

10月17日(金)に、温湯の『石沢青果』さんへ松組と竹組でおつかいに行きました。地域との交流や買い物を身近に感じることを目的に、一緒におつかい体験をすることで、松組は年下の子たちのお世話を通して年長児の自覚をもち、竹組は松組に憧れを抱くことができます。みんなの給食のために、たくさん歩いて食材を運んでくれました。



松組

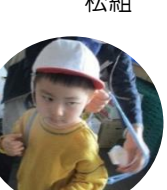
おつかい券 竹組



いっしょに歩こう。



〇〇ください。



石沢青果さんへ無事到着。「東雲幼稚園です。食材を買いに来ました。」とご挨拶。自分で書いたおつかい券を渡し、食材の入ったリュックを受け取ります。帰り道は背中が重い…。

ブロッコリーにのっぺい！

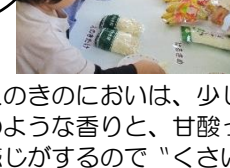


ブロッコリーのおいが、トマトのおいと似ていてビックリ！青くさい感じが似ていたのかな？

えのきのにおい！



「固い春雨は、どうすると食べられるようになる？」と聞くと「茹でる！」と答えてくれた子がいました。どれだけ固いが触ってたくて、一目散に春雨に群がる子どもたち。



えのきのにおいは、少しお酒のような香りと、甘酸っぱい感じがするので「くさい」と感じたのかな？

トマトのおいがするの確かめたくて…。

おつかい体験(松組最後・竹組)

10月27日(月)、松組最後のおつかい体験は、熊の目撃情報もあったため、幼稚園バスで『石沢青果』さんへ行きました。バスで行ける特別感にワクワク。竹組のお友だちは、2回目だいがスムーズにおつかいができるようになりました。



「〇〇ください。」とおつかい券を渡します。

幼稚園に帰ってきてから、松組が手本となり食材を並べ、竹組が続きます。28日に給食を食べると「私が持ってきた〇〇だ！」と喜んで食べる姿も見られました。松組さん、皆のためにおつかいしてくれてありがとう。竹組さん、来年もよろしくお願いします。



固いひじきと水で戻したひじきくらべてみよう！

どっちが食べられる？



見て、触って、においを嗅いで、感覚を通じて体験。玉ねぎの皮むきにも挑戦！