

# 食育だより



5月は前半肌寒い日もあれば、後半になると蒸し暑い日も増え、春と夏の間を感じるような月でした。蒸し暑い日にはどうしても食欲が湧かないこともあります。これからくる夏に向けて体力をつけるためにもきちんと食べて、しっかりと咀嚼し、健康に元気に過ごしていきましょう。

## ◎夏野菜の苗植え◎



### 《きりん・ぱんだ組》

きゅうりの苗を植えました。「きゅうりさん大きくなってね」「たくさんなりますように」と言いながら土をかぶせました。当番が水やりを行うので、水やりをするのを毎日楽しみにしながら過ごしています。



### 《こあら組》

ピーマンの苗植えをしました。苗を植えるときや水やりの時に「大きくなーれ！」と言いながら実がたくさんなるのを楽しみにしています。



### 《うさぎ組》

ミニトマトを苗植えをしました。緊張する姿が見られましたが、上手に優しく植えることができました。水やり当番を決めて、毎日世話を頑張り収穫を心待ちにしています。

## ◎豆腐団子づくり◎

み仏様の誕生日をお祝いすることを話すと、「がんばるぞ！」と意気込み、期待を持って取り組みました。粉が生地になるのを興味津々で観察し、生地を丸めると、思ったようにいかない子もいましたが、様々な形の個性あふれる団子が完成しました。団子をゆでるときは怖がりながらも団子の色の变化や浮いてくる様子を見て声を出し喜びました。



生地を丸めているところ



美味しく食べました

## ◎えんどう豆のさやむき◎

りす組・うさぎ組・こあら組でえんどう豆のさやむきをしました。はじめは「できない」と苦戦していましたがむき方が分かるととても集中してむいていき、「もっとむきたい」と意欲的でした。むいた豆は、お誕生会の給食に使ってもらい、喜んで食べることができました。



さやをむいているところ



たくさんむきました

## ★5月のお誕生会★



豆ごはんランチ



5月生まれのおともだち