



# 食育だよ!

日中はまだまだ暑い日が続いていますが、朝晩は過ごしやすくなってきました。暦の上では秋を迎えます。秋は「食欲の秋」と言われるようにおいしい秋の味覚がたくさんあります。夏の疲れもでてくるこの時期に秋の味覚を食事に取り入れて、旬を楽しみながらおいしく栄養補給をしましょう。



## お月見を楽しもう!

旧暦8月15日前後の満月を「十五夜」と言います。ススキには翌年の豊作を願う意味があり、またお月見団子には、月に見立てたお団子をお供えすることで、月に収穫の感謝を表します。「十五夜」には15個のお団子をピラミッドのように積みお供えします。

今年は9月29日（金）がお月見の日です。  
お団子を食べながら、満月を眺めてみてはいかがでしょうか。



## ★8月のお誕生会★



カレーピラフランチ



8月生まれのお友だち

園では毎日、おいしい給食が子どもたちに提供されています。お友だちや保育教諭と和気あいあいと食べる給食の時間は楽しそうです。おいしいものを「食べる」ことは健康を維持するために必要な栄養を摂取するというだけでなく、おいしい・楽しいといった満足感、食事を介しての家族や社会とのコミュニケーションの機会といった役割があります。今月は給食室の様子、子どもたちの給食の様子をお伝えします。

## 給食室の様子

毎日、愛と心を込めて、おいしい給食を作っている調理員さんたちです。たくさんの野菜を切って洗ったり、炒めたり煮たり、味付けをしたりなどいくつもの作業をこなしています。火を使うので、給食室内は高温になりますが、日々がんばってくれています。



## ○各クラスの様子○

夏を元気に過ごした子どもたちは、ひとまわり大きくなり、食べる量も増えました。苦手なものも自分から進んで食べたり、おかわりをして食べる姿が頼もしく感じられます。また、夏野菜を育てて収穫し、食することで、野菜への関心も深まりました。おいしいものを食べると自然に「おいしい～」と声が聞こえ、笑顔になります。



ひよこ組



りす組



うさぎ組



こあら組