

食育だより



日が暮れる時間が早くなり、風や日差しも秋らしくなってきました。秋は体を動かすことが気持ちのいい季節です。たくさん遊んで、秋のおいしい食事を楽しみたいです。旬の食材で秋の味覚を味わいながら、健康な体作りにも心がけましょう。

○きりん組 うみから見学に行ってきました○

普段、食べている魚がどのように捕れたり、加工されているのかを見学してきました。魚のせりや解体するところを見たり、触ったりしたことで魚に興味を持てたようでした。



<魚の過程について学ぶ>
 漁師さんが魚を捕る→さばく→売り買い→料理する→食べるということを教えてもらいました。「どんなお魚が好きですか？」と聞かれると「イカ～」という声が多く、人気でした。



<荷捌き施設でせり見学>
 たくさんの魚が売買されている様子を見学しました。見たことのない大きな魚に大興奮でした。



<はもと加工所>
 魚の解体を見学しました。解体された魚を見た子どもたちから「骨、見えた～」「おもしろい～」「触っていいですか?」「ぬるぬるする～」などの声が聞かれました。



○さつまいもの収穫○

<きりん組・ぱんだ組>

6月に舞鶴の伊藤商店さんで植えたさつまいもの収穫に行ってきました。大きく育ったつるを力いっぱい引っ張ると、土の中から顔の大きさほどのさつまいもが出てきて、大興奮でした。「私の大きいね～」「こっちの方が大きいで～」と収穫したさつまいもの大きさ比べも盛り上がっていました。試食もさせてもらい、おいしいさつまいもに大満足でした。11月にある焼き芋大会を今から楽しみにしている子どもたちです。

給食で旬の魚を味わっています!



毎月3日から7日の間は、その時期の旬の魚をメインに使ったり、海のもの(ツナ・しらす・ひじきなど)を副菜に使ったりしています。「お魚の日」には、どんな魚が出てくるのか楽しみです。



★9月のお誕生会★



鶏五目ランチ



9月生まれのおともだち