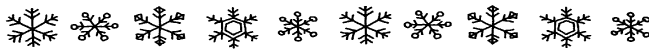


じんぐん

平成 28 年 12 月号 中山保育所

うさぎ・きりんぐみさんで芋煮会♪

11月15日(火)うさぎ・きりんぐみさんでクッキングを兼ねて芋煮会をしました。うさぎぐみはしめじ・まいたけ・こんにゃくちぎり、きりんぐみ年中は白菜しめじちぎり、年長は大根・人参を切りました。うさぎぐみさんのこんにゃくちぎりはむずかしいかな?と思ったのですが、「大丈夫でした、みなしゃべらず真剣にしましたよ」と担任。栄養士は年長さんの大根切りに参加したので、うさぎぐみさんと年中さんの様子を見ずに終わってしまいました。次回こそはぜひ行きたいと思う栄養士でした。



冬至(12月21日 水曜日)

冬至は、一年で最も昼が短くなる日です。ビタミンAの豊富なかぼちゃは、風邪予防に役立つとして、夏に採れたものを保存し、この時期に食べるようになったともいわれています。保育所では、21日の午後のおやつで『冬至かぼちゃ』を予定しています。風邪をひかないで、元気にこの冬を乗り切れるように、みんなで味わいたいと思います。

冬のくだもの「みかん」



この季節はオレンジ色したいろいろなサイズのみかんが店頭に並んでいます。産地は愛媛や佐賀・熊本・長崎が主で年明け後は静岡みかんもでてきます。値段やサイズが手ごろで何よりも包丁を使って皮をむくことをせず、器やフォークなども必要としない食べやすい果物です。栄養はビタミンCが豊富です。この季節に味わえる果物を食べましょう!

食の循環を体験!

昨年に引き続き、今年も堆肥(コンポスト)作りを行います。今月から畑にみどりの容器(コンポスター)を設置し、こどもたちと一緒に生ごみを土と米ぬかと混ぜ合わせて、毎日少しずつコンポスターに詰めていきます。容器がいっぱいになったら、そのまま春まで熟成。微生物の働きで生ごみが分解され、作物などの栽培に適した堆肥になるのを待ちます。

この活動を通して、『生ごみが堆肥になり、その堆肥で新たな野菜を作る』という『食の循環』をこどもたちが体験できるようにしていきたいと思っています。ゴミも減るし、堆肥もできるし、ミミズも増えて、良い土になるし、いいこと尽くし!来年の畑の豊作を願って、今から準備を始めます!



11月のおたよりで載せましたが、所長先生がさつま芋のつるで手作りリースを作りました。ほとんど所内の自然物で(芋のつる・人参・ヘクソカズラ・ひば)で仕上げる事が出来たそうです。ちなみに事務室の入り口に飾ってあります。