

じんぐん

平成 27 年 12 月号 中山保育所

もう食べられる？

毎年恒例となりました干し柿作り。毎年譲っていただく方に加えて、今年は八百屋さんからも渋柿をいただき、事務室前にいつもよりも多くの柿を干すことになりました。数がそろうとなんとも圧巻！なんだか華やかな雰囲気になっています。外に干し始めたその日から、外遊びしながら、柿の下に誰か来ては「もう食べられる？」「甘くなった？」と質問され、昼食で柿がデザートで出た時は「これは、外の柿？」と気になる様子。待ち遠しい様子が垣間見える日々です。大きく鮮やかなオレンジ色が、しわしわの濃いオレンジ色に変化してきた柿は、そろそろ食べ頃。午後のおやつに『干し柿ケーキ』にして、食べる予定です。お味はどうか～？ぜひ感想を聞いてみてくださいね。



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！



すっぱーい♡旬の味覚を堪能しました！

10月号のぐんぐんで紹介したレモンにまつわるエピソード。そろそろ国産のレモンが出始めたことから、先月うさぎ組でレモンを題材にしたクッキングをしました。レモンに触れたり、香りを嗅いだり、舐めてみたり。「すっぱーい」と大はしゃぎした後は、お待ちかねのクッキング☆カップに皮ごと輪切りにしたレモン、砂糖を入れて、お湯を注ぎ、スプーンで混ぜたらホットレモンのできあがり！！湯気とともに、いい香りが部屋中に広がります。一口飲んで…「おいしーい☆」すっぱかったレモンが、甘くておいしい飲みものに変身して感激した様子。砂糖を足したり、レモンをもっとつぶしてみたり、思い思いのホットレモンを楽しむように作っていました。これからの寒い季節にぴったりの心も体もほっとする飲みものです。ぜひご家庭でもお試しください～

冬至(12月22日 火曜日) ❄️❄️❄️❄️❄️❄️❄️❄️❄️

冬至は、一年で最も昼が短くなる日です。この日には、運がつくとして「ん」のつく食べ物かぼちゃ(なんきん)、れんこんを食べます。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て、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、22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です。

