

じんぐん

平成 29 年 12 月号 中山保育所

もちつき会

20日（水）はもちつき会です。前日にうさぎ・きりんぐみに「もち」がどのようにできるのか説明し、当日はぺんぎんからきりんぐみまで「おふかし」を食べ、その後りすからきりんぐみまでもちつきを試みます。この日の昼食は

ひよこ・ぺんぎん・りすぐみは

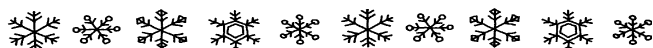
きなこおにぎりとそくせき漬・雑煮汁

うさぎ・きりんぐみは

きなこもち・ごもち・みたらしもち

そくせき漬・雑煮汁

を食べますが、餅が苦手なお子さんにはきなこおにぎりをだします。



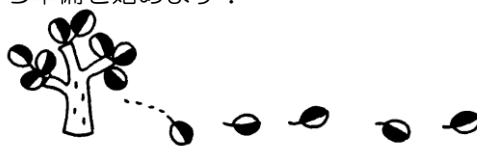
冬至の日（12月22日 木曜日）

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。

食の循環を体験！

今年も堆肥(コンポスト)作りを行います。12月から1月にかけて畑にみどりの容器(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落ち葉と混ぜ合わせて、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！今年のきゅうりは2苗植えて、300本近く収穫しました。来年もこのように豊作を願って、今から準備を始めます！



仙台市給食研究委員会から

～伝統食（おせち）について

日本の伝統食の一つに『おせち』があります。おせち料理とは3月3日、5月5日のような節句に作られる料理のことです。節句のうち最も重要なのが正月であることから、現在は正月料理を指すようになりました。家族揃ってゆっくり過ごせるよう保存のきく料理を作ったといわれています。地域や家庭によっておせち料理の内容は違いますが、料理を通して健康や幸せ、豊作を願う心は同じです。是非、ご家庭でも日本の伝統食を伝えていきましょう。