



おおきくなーれ

仙台保育園
給食だより
1月号

新年あけましておめでとうございます
～食べ物による窒息に注意しましょう～

お餅を安全に食べるためのポイント

- ① 煮込んだお餅より、焼いたお餅を食べさせる
(煮込むよりも喉にへばりつきにくい為)
- ② はじめから煮込む必要のある場合は、
食べる前に料理バサミなどで飲み込みやすい
サイズにカットし、焼いてから入れることで、
噛み切りやすく&飲み込みやすくなります。

初めから煮た場合は、小さくしてから口に入れるように
しましょう。幼児の場合、自分では「どのくらいのサイズ
にすればいいのかわからない」場合もあるので、料理
バサミなどでカットしてあげるのがよいですね。

幼児が喉に詰まらせやすい理由

まだ気道が狭い
喉が細いので、大きなものがのどを通らない。

歯が生えそろっていないので噛む力が弱い
大きなものを噛み切ったり、固いものを
噛む力が弱いので、自分で口の中の食べ物を
小さくできない。

飲み込むための嚥下反射が未発達
食べ物を食道から胃へと流し込む力が
まだ十分ついていない。

など

～さくら❀ミニクッキング～

さくら組では収穫した大根を使った切干大根作り！
みんなで干切りに挑戦しました！
切った大根はネットに入れて干します。
年始には美味しい切干大根が出来上がります♪



もちつき会でおもちをついたよ！ そして、美味しく食べました♪

今年は雪が降る中、外でもちつきをしました。
餅米をふかしただけの「おふかし」を食
べて、口の中でたくさん噛むと餅ができるこ
とを知った子ども達。給食ではきな粉味・み
たらし味で食べました。具だくさんの雑煮も
食べて、一足早いお正月気分を味わいまし
た♪



クリスマス会では食べ放題で 「お腹いっぱい！」

ちゅうりっぷ組・さくら組・ひまわり
組はホールに集まってみんなで会
食。目の前にずらりと並んだご馳
走に、子ども達の目が光り、「いた
だきます」の合図と共に料理があつ
という間になくなるグループが続
出！特に鶏の唐揚げが人気で、お
かわりの分まで完食しました！



～ひまわり❀ミニクッキング～

ひまわり組では収穫した大根をへそ大根に！
輪切りにした大根をの真ん中に穴を開けて棒に通して
干します。真ん中に空いた穴がおへその様なのが名前
の由来です。こちらも年始には出来上がる予定です♪

また同日、米粉とじゃが芋を
使ったすいとん作りにも挑戦し
ました。ビニール袋に入れた生
地をみんなで捏ねて、その日
のお昼に食べました。



見づらくてごめんなさい。ブログではカラーで見れます！！