



# 給食だより

北平田保育園 H30. 8. 31 No.5

お盆明けあたりから保育園の周りでトンボやイナゴを見かけるようになり、暑い日差しを浴びつつも秋の訪れを感じています。秋といえば食欲の秋・実りの秋ですね。酒田は山からも海からもたくさん自然の恵みがとれ、いつも新鮮な状態で食べることができる環境にあると思います。その恵みを、給食や食育活動を通して子ども達に伝えていきたいと思います。

## 強くなれ！みんなの食べレンジャー！！

8月8日に、酒田市健康福祉部と食生活改善推進委員の方々が来園し、食育出前講座を実施しました。食べレンジャーやバイキン怪獣というキャラクターに例えて、食べた物が体の中でどんな働きをするのか楽しく教えていただきました。始まる前に「食べレンジャーって、実はみんなの体の中にいるんだよ」と話すと、「えー、いないよ！」「僕の中にはいない！」という答えが多かったのですが、お話を聞き終わったあの給食の様子を見に行くと、「残すと食べレンジャー弱くなっちゃうよ！」などとお友達と声をかけあって食べていて、みんな自分の中の食べレンジャーを意識しながら食べているようでした。「ほら！全然残ってないよ！」と元気いっぱいに完食したお皿を見せてくる子ども達…。バイキン怪獣に負けない、強い子にな～あれっ☆



お手伝いをお願いしてから4ヶ月くらいが経ちましたが、あれから子ども達は毎日欠かさずお手伝いに来てくれていますよ。毎朝今日は何のお手伝いをしてもらおうかな?と考えている間に「お手伝いにきました!」と、やる気満々の子ども達の元気な声が給食室に響きます。「いつもありがとうございます!」と声をかけると「いいよ!だって楽しいもん!」と、なんとも頼もしい答えが返ってきます。これからもたくさんの食材にふれて、さまざまなことを感じてもらいたいです。



どんな料理になるのかな?

枝豆ぷちぷち!



毛が生えてるみたい…!



8月の食育活動は「夏野菜カレー作り」を行いました。「人参を切るとき、おいしくなあれって魔法をかけたよ！」という今回の魔法がかかったカレーは、苦手な野菜もペロリと食べられちゃうスペシャルなカレーに仕上りました♪

9月は「骨付きさんまを食べる」ことに挑戦します！