



2024年2月  
ゆらりん仙川保育園  
管理栄養士

暦の上では春が近づいていますが、2月は一年の中でも気温が低く、体調を崩しやすい季節です。手洗い、うがい、睡眠とバランスの良い食事で元気に春を迎えましょう。給食室では寒さに負けずに遊ぶ子ども達の姿や発表会の練習をしている姿を見ながら給食を作っています。



## 2月3日は節分



節分の豆まきには、季節の変わり目に起きやすい体調不良（邪気＝鬼）を払い、福を呼び込む為に行います。鬼を退治するのに使われる大豆は、生で撒くと芽が出て縁起が悪いとされている為、必ず煎った豆を使います。「鬼は外、福は内」と声を出しながら、子ども達には元気いっぱい鬼を退治して欲しいと思います。

節分は地域によってさまざまな違いがあります。豆を食べる数の違いや豆まきの豆が落花生の地域、魔除けや厄除けに柀鯛や目籠（鬼落とし）などを使う地域、恵方巻（現在は一般的になっていますがもともとは関西の一部の地域の風習でした）やけんちん汁を食べる地域など、日本各地でいろいろな言い伝えや風習があります。保護者の方の出身の地域の話子ども達としても楽しいですね。

保育園でも2月2日は節分にちなんだ献立になりますので楽しみにしていて下さいね。

## お知らせ



2月13日に**ホタテ**の提供があります。献立表でもお知らせしましたが、未摂取の方は提供日までにご家庭で試してください。

## 〈クラスの様子〉

### 【くまのみ組】

みかんとゆずに触れました。丸い形で手で持ちやすいため、ボールのようにコロ～ンと転がす姿が見られました。ゆずはみかんよりも少し皮が硬めでしたが、指で穴を開けて指を挿しこんでみる姿や、みかんは上手に皮をむき中身を食べようとする姿がみられ、旬の果物に興味を持っているんだなあと感じることができました。

### 【ぺんぎん組】

みかんとゆずを比べてみました。ゆずを見るのは初めてという子がほとんどだったので、見た目はそっくりな二つに少し戸惑う様子が見られました。「こっちはみかんで、こっちはゆずっていうんだよ～！」と伝えると、保育者の真似をして繰り返し「ゆずー！！」と言葉にしていました。それぞれの色を聞いてみると「オレンジー！」「きいろー！」と色の違いに気付いて嬉しそうでした。どっちが好き～？と聞いてみるとみんな「みかんー！！」と大声で教えてくれて、やはり大人気なみかんでした♪

### 【いるか組】

「パンどろぼう」が大好きないるか組のお友だち。今月は待ちに待ったパン作りです。発酵させたパン生地を持っていくと「うわ～！パンだ！」と歓声上がり、みんなの好きな形にしてねと伝えると「僕はさんかくに作ってみようかな？」「私はぺったんする」など直ぐにやる気スイッチが入っていました。パン生地の匂いも確かめながら思い思いの形を作り、焼き上がりのパンを大満足の表情をでおやつで食べることが出来ました。

### 【くじら組】

発表会でぐりとぐらの劇を行うので、劇中でぐりとぐらが作るカステラを実際に作ってみました。絵本に忠実に卵、小麦粉、砂糖、牛乳、バターを使って作りました。卵をチーム3・4の卵黄グループとチーム5の卵白グループに分かれて作業をしました。卵黄チームは今までのクッキングではチーム5がリーダーとしてグループを引っ張っていましたが、今回はチーム4がリーダーとしてみんなで協力して作れるように仕切ってくれました。卵白グループはハンドミキサーを使ってメレンゲを作りました。透明だった卵白が泡立ち、ホイップ状に変化する様子をみんなで観察しながら、順番に混ぜました。友だちが混ぜているとボウルを押さえ、自然と協力し合う姿が素敵でした。それぞれのグループで混ぜた卵と小麦粉を混ぜ、フライパンに流し入れそのまま焼きました。焼き上がりはおやつ時間にみんなで食べました。フライパンいっぱい膨らんだカステラを見て、『うわー！！』『本物みたい！』『おいしそう』と歓声上がり絵本のようなカステラができました。