



2022年3月  
ゆらりん仙川保育園  
管理栄養士 高木恵奈

厳しい寒さも少しずつ和らぎ、日に日に春の到来を感じられるようになりました。早いもので、今年度も残すところあと1ヶ月となりました。この1年で子ども達は、スプーンやフォーク、お箸が上手に使えるようになり、苦手な食材の入っているメニューでも完食出来ることが増え、大きく成長しましたね。また、食育活動では様々な食材に触れたり、クッキングで色々なものを作ったりすることができました。今年度も給食にご理解・ご協力いただき、ありがとうございました。



ひな祭りには、昔からちらし寿司やはまぐりのお吸い物を食べる習わしがあります。ちらし寿司のえびには「長生き」、れんこんは「見通しがきく」、豆には「健康でまめに働ける」という、縁起かつぎがあります。はまぐりは2枚の貝がらがぴったり合う様子から、「夫婦なかよく」の意味があり、昔は花嫁道具として持たせていました。

ひしもちは緑、白、ピンクの3色の餅を菱形に切って重ねたものを飾ります。色の意味にはいくつかの説があり、緑は「健康や長寿」、白は「清浄」、ピンクは「魔除け」を意味する説と、緑は「大地」、白は「雪」、ピンクは「桃」で「雪がとけて大地に草が芽生え、桃の花が咲く」という意味が込められているという説があります。

3月3日は保育園でもひな祭りにちなんだ行事食を提供する予定なので楽しみにしてください。



**くまのみ組** 離乳食から始まったくまのみ組の子ども達も今ではスプーンや手づかみで自分で食事をするようになりましたね。少しずつ好き嫌いがはっきりしてきたり、食べたいものを主張したりと成長を感じます。今年度は様々な野菜に触れ、食べ物や野菜を知る機会を作ることが出来ました。来年度も子どもたちの意欲を大切に食事の時間に関わっていきたいと思います。

**ぺんぎん組** 少しずつ一人で食事ができるようになってきたぺんぎん組の子ども達。料理の名前や野菜の名前などたくさん覚えて、給食の時間や食育活動の時間に話してくれます。特に食材に触れる活動の時や給食を配膳する時に「いいにおいがする」と目に見えない匂いについて話をする姿が成長したなと感じます。来年度はスプーンの持ち方や使い方についてや調理による変化などを知る機会なども作っていきたいと考えています。

**いるか組** スプーンの持ち方や使い方が上手になってきたいるか組の子ども達。今年度は野菜の栽培や簡単なクッキングを通して、食べ物への興味だけではなく、食事を作る人に興味を持ったり、調理による変化に気がついたり子どもたちから色々な話をしてくれました。くじら組に進級すると食事の量がおよそ2割増しとなります。少しずつ量に慣れていく為にも3月後半から少しずつ主食の量を増やしていきたいと思っています。

**くじら組** コロナ禍ということもあり例年のような食材を切るところから、配膳までするまでを子ども達と行うクッキングはできませんでしたが、自分で作ったものを食べる楽しさや自分達で栽培した野菜を食べる楽しさを伝える事は出来たのではないかなと思います。図鑑が好きな子が多い今年度のくじら組さんは食べ物や体の中でのどのような働きをするのかや三色表の話など、少し勉強要素の多い内容もしっかり聞いてくれました。こちらの質問に答えるだけではなく、子ども達から質問されることも多く理解しているんだと感じました。チーム5の子どもたちとは小学校の給食の話をしたり、保育園の思い出に残るような活動をも計画中です。来年度もクラス全体で行う活動と年齢ごとに分かれて行う活動を分けながら様々な経験が出来るように計画していきます。

今年度も残り1ヶ月ですが、子ども達と食を通して様々な経験が出来るようにしていきたいです。今年度もありがとうございました。

