



パクパクだより

2012年
4月

ご進級、ご入園おめでとうございます。

春の陽気が心地良く、新しい先生やお友だちとの出会いに子どもたちの心はドキドキわくわくしていることでしょう。一学年上がった子どもたちがひと回り大きなお兄さん、お姉さんに見えますね。

お子さんの中には新しい環境や生活に慣れるまでに戸惑うような場面もあるでしょう。温かく見守ってあげましょう。また、お子さんが保育園で元気に活動できるように、生活リズムをしっかりと整えるようにご家庭での配慮をお願いします。



保育園給食について



保育園では給食に多くの食材を使います。色々な食材を経験することで子どもの味覚は広がり、食への興味も広がります。

今回は保育園の給食についての紹介です。

保育園には調理室があります。なぜだかご存知ですか。

保育園は保護者に代わってお子さんを保育する児童福祉施設です。児童福祉法に基づき調理室が設置され、各保育園にいる調理員さんが食事を作ることになっています。

調理室で給食を作る調理員さんの姿を見ることができ、トントントン…と食材を切る包丁の音やジュージュウ炒める音、コトコト煮込むいい匂いが保育園じゅうに漂ってきます。五感を使って給食を身近に感じ、子どもたちはお友だちと美味しく味わい、楽しく給食を食べます。食べることを楽しみにする子どもたちの姿が思い浮かんできますね。

乳幼児期は味覚が発達し、さまざまな体験を通して心と体が成長する重要な時期です。保育園でも色々な食に関する経験をすることで、ご家庭でも給食について折に触れて話題にしてください。色々な話がお子さんから聞けますよ。

食事の準備に関わる



子どもはお手伝いが大好きです。食事の準備に関わることで食べることへの楽しみや関心につながります。

生活リズムをもつ

生活リズムをもつことで、空腹感を感じ、美味しく食事をとることができます。

このコーナーでは、調理に関する色々な情報をお伝えしていきます。参考にしてください。毎月お伝えする情報を習得して、食に関するキング(王様)になりましょう！
しっかり習得できたら10ポイント！(このコーナーに明確なポイント数があるわけではありません。あくまで知識の獲得レベルととらえてください。)
さあ、一年後には何ポイント獲得できるでしょうか。がんばってみましょう！

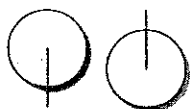
食キングコーナー

今回は飾り切りです。お子さんとやってみましょう。

きゅうりの飾り切り「まじり」

きゅうりを飾り切りにしてみましょう。

1. きゅうりを2~3ミリ厚さの輪切りにする。
2. 右図のように切り込みを入れ、
2枚一組で、それぞれの切り込みに差し込んで組み合わせる。



そうすると…
まじりのようなコロコロした可愛らしいきゅうりの完成です!!

お花のうずら卵

1. うずら卵をゆでて、殻をむきます。
⇒お子さんにお手伝いしてもらおうといいですね。
 2. 殻をむいたうずら卵に、黄身部分にあたる位まで卵の形に沿って縦に切り込みを等間隔に5~6箇所入れます。
卵を上から見ると…
 3. ラップでふんわり包んで手のひらでそっと上を押しつぶす。(黄身と白身のコントラストを花にみだてます)
包丁を入れる
- ※あまり強く押ししてしまうと、白身が切れることがあります。加減をしながらやってください。

