



恵方巻きを味わいました！

2月2日(火)は節分でしたね。豆まきは、日本で古くからおこなわれてきた行事で「鬼は外、福は内」と豆をまいたり、福豆を食べたりして1年の健康や無事を祈ります。

給食では、3日(水)に全部で270本もの恵方巻きを心を込めて作りました。給食の時間になると、子どもたちは今年の恵方である南南東を向いて、大きな恵方巻きを一生懸命ほおぼる姿が見られました。黙って食べると願いが叶うといわれている恵方巻きですが、年少さんではつつい楽しさと嬉しさから、食べている途中におしゃべりする子もいて微笑ましかったです。前日には海鮮巻きを食べたお友達もいましたが、さんこう特製の恵方巻きを年中、年長さんは1本では足りなかった様で「おいしい！」と、おかわりに来てくれました♪行事食や日本の風習を体験し、子ども

たちにとって貴重な食体験の一つになればと思います！



今月の郷土料理

～2月17日(水)実施予定～

- ・ ごはん ・ ぶりの照り焼き
- ・ ほうれん草の白和え ・ のっぺい汁 ・ チーズ

のっぺい汁は全国の郷土料理として分布しています。原型は、お寺の宿坊で余った野菜煮込みに“くず粉”でとろみをつけたものと言われています。日常の集まりや、お祝い事でも食べられますが、昔は祝いの時には鶏肉を、仏事には椎茸、ごぼうで味を出していたそうです。結婚式などのお祝いの席では小豆を入れる地域もあるそうです。佐賀県では、地元でとれる野菜をたくさん使い、片栗粉で少しとろみをつけて作ります。

また、ほうれん草の白和えに使う豆腐は、湯通し後、ふきんに包み軽い重石(まな板や皿等も良い)をして水分を減らします。そして、味噌、砂糖、しょうが汁で味付けをし、茹でた野菜と和えると美味しく仕上がります。



左：恵方巻ににっこり！



右：恵方巻を作っている様子

食品による子どもの窒息・誤嚥事故に注意！

一気管支炎や肺炎を起こすおそれも…。硬い豆や

ナッツ類等は5歳以下の子どもには食べさせないで一

厚生労働省の人口動態調査によると、平成26年から令和元年までの6年間で食品の誤嚥による窒息事故は、14歳以下の子どもで80名死亡しているそうです。その内5歳以下が73名で9割を占めていました。子どもの年齢・月齢によらず、普段食べている食材が窒息につながる可能性があることを認識しましょう。

～食事をする際に注意すべきポイント～

- ・ ゆっくり落ち着いて食べることができるよう子どもの意思にあったタイミングで与える。
- ・ 子どもの口に合った量で与える（多く詰めすぎない）。
- ・ 食べ物を飲み込んだことを確認する。
- ・ 汁物などの水分を適切に与える。
- ・ 食事の提供中に驚かせない。
- ・ 食事中に眠くなっていないか注意する。
- ・ 正しく座っているか注意する。

※また上記に加えよく噛んで食べさせることはもちろんのこと、ミニトマトやブドウ等の球状の食品は、乳幼児には4等分する、調理して軟らかくするなど工夫が必要です。

「教育・保育施設等における事故防止及び事故発生時の対応のためのガイドライン」(平成28年3月)より一部抜粋

～節分に欠かせない大豆について～

大豆は弥生時代から栽培されていた作物で様々な食品や調味料に利用され、私たちの食生活に欠かすことのできない食べ物です。植物ですが体を作るもとになるたんぱく質を豊富に含み、「畑の肉」とも呼ばれています。

