三光幼稚園・三光保育園

# 三光食育だより

２０２１年　３月号

三光幼稚園給食室

左：３月誕生会☆ひなまつり献立

右：食育の様子（年長組）

## ✿給食時間のはなし✿

２月、３月は進級への意欲からなのか、苦手な食べ物が多かった子も頑張って食べる姿が見られました。いつもより食べられた時や給食カードの花丸をもらった時の子ども達の嬉しそうで誇らしげな表情には、いつも笑顔にさせられます。そんな時はしっかり認めて褒めるようにかかわってきました。今年度も先生、お友だちと楽しく給食時間を過ごすことができました(*^-^*)

## ３学期の食育をおこないました！

【もみじ組】～どこに実をつける野菜かな？～

土の中で大きく育つ大根や人参、枝にくっついて実をつけるキュウリやナス、トマトなど。土からの栄養と太陽のパワーをもらい、色々な場所で野菜が大きくなる様子を知りました。

【ひよこ組】～味覚体験～

きゅうりに様々な調味料を付けて五味を体感しました。きゅうりが苦手なお友だちも、この時ばかりは美味しく味わっていました♪味噌と醤油が人気だったひよこ組さん。給食の時間にも「甘いね」「酸っぱいね」と味を表現して食べる姿が見られるようになりました。

【年少組・たんぽぽ組】

～食べ物の仲間「赤・黄・緑」揃えて食べよう～

苦手な食べ物もなんでも食べることで、体が元気になることが分かり、食育後はたくさんのお友だちが「全部食べたよ！」と給食カードの花丸を嬉しそうに見せてくれました。

【年中組】～食べたものはどうなるの？～

口から食べたものが体の中でうんちになるまでの話に興味津々でした。子どもたちが食道や胃、小腸など器官の名前をよく知っていたのに驚きました。小腸の長さやうんちをだすことの大切さを学んだ年中組さん。これからもよく噛んで、野菜や果物もしっかり食べようね☆彡

## 迫力満点！魚の解体実演！！

魚を納品してくださる野田鮮魚店の野田さんに、今年も年長組の食育に参加していただきました。給食でよく使用している魚の実物を見せてくださり、魚の栄養や美味しい食べ方などを教えていただきました。その後、ぶり（12ｋｇ）をさばく様子には子どもたちの目も釘づけでした。華麗に３枚におろされた魚を見て自然と拍手が起こっていました！さばいた魚は翌日の給食で「ぶりの照り焼き」にして味わいました。

鮮魚店の野田さんに子どもたちがインタビュー♪

**・「給食の魚はどこで獲れたものですか？」**

唐津市や長崎県、熊本県の近海で獲れた魚が多いです。今日さばく「ぶり」は鳥取県、宮崎県の海で獲れました。

**・「給食の魚を準備するのにどのくらい時間がかかりますか？」**

2～3人で作業しています。セリから帰ってきて、うろこや内臓をとったり、骨を抜いたりもしています。大きな魚で半日、小さめの魚であれば何匹もさばくので１日かかることもあります。

**・「魚をさばいていて、かわいそうだなと思うことはありませんか？」**

魚にも命があります。かわいそうだなと思うこともあります。大事な命を頂いているので、美味しく食べてもらってね、みんなの栄養になってねと思いながら毎日さばいています。だから、みんなには残さずに食べてほしいですね。

## ◆◇◆給食室からのお知らせ ◆◇◆

・今年度、悪天候などにより休園となり給食を提供できない日がありましたので、３月５日（金）『動物チーズ』、３月８日（金）特別デザート『プリン』を提供しました。

★3月19日（金）・26日（金）は厨房掃除、ランチルーム清掃のため、給食はパン食（簡易食）となります。ご了承ください。

★今年度も、保護者様のご理解とご協力のうえ給食を実施することができました。本当にありがとうございました(*^^*)