

食べもの通信

平成29年6月
発心保育園

6月は「食育月間」です。
子どもが生活や遊びの中で意欲的に食に関わる体験を通して、食べることの大切さ、楽しさを感じるそれが基本となる「生きる力」を育むのが食育です。

家庭でできる食育！

- ☆家族で食卓を囲みましょう
- ☆感謝の言葉「いただきます」「ごちそうさま」
- ☆早寝早起き朝ごはんで生活リズムを整えましょう。
- ☆一緒に食事の準備をする ☆野菜づくりの体験

野菜の収穫が始まりました！

畑の夏野菜たちが収穫できるまでに育ってきました。
水やりに行っては、キュウリやピーマン、ズッキーニなどの成長を確認するのが楽しみになっているようです。
また、6月2.3日でジャガイモ掘りをしました。



茎を引っ張っばると大きな芋が次々顔をだし大喜び。



片付けも最後まできちんと！
力を合わせて頑張ります。



園舎西側の畑でレタスを育てていました。
試食会でお家の方に食べてもらおうと収穫しました。
うめの部屋のお友達でがんばりました。
レタスのニンニク醤油ドレッシングサラダですべて食べました。
子ども達に大好評の一品です。

保存食づくり (その1) 梅ジュース

6月6日の姉妹園交流で年長さんが梅ちぎりをしてくれました。
今年は、たくさん梅の実がなってくれました。



低いところの梅は、手摘みで高いところは、棒でたたき落として収穫



竹串を使い梅のへたとりを
ゆり・ひまわり組が手伝いました。

きれいな梅は梅干しにするため塩漬けにして
傷ついた梅は、みんなが大好きな梅ジュース
をつくることにしました。



年長さんが梅と氷砂糖を2つの容器に分量を量り漬けました。