



食育だより

- 10月 青空レストラン
- 11月 芋掘り・焼き芋パーティ
パフェ作り
- 12月 餅つき・みかんちぎり
クッキー作り



一字保育園給食・食育の様子

◎ノロウイルスに注意！！

ノロウイルスのおもな症状は激しい嘔吐や下痢です。わずか 100 個以下のウイルスでも感染するほど強い感染力を持っているため集団感染につながる恐れがあります。主に冬場に多発し、11 月頃から流行がはじまり 12～2 月にピークを迎えます。ノロウイルスは特効薬やワクチンがないため日ごろからの予防が大切です。おもな症状や感染ルート知り、予防・対策方法を身につけ、ノロウイルスの感染を防ぎましょう。

◎3つの感染ルート

① 食べ物→人

- ・ノロウイルスに汚染された食品や井戸水などを飲食して感染



② 人→食べ物→人

- ・感染者が調理した食べ物や汚染された食品を調理した人の手指を介して感染



③ 人→人

- ・感染者の嘔吐物や便、また手すりやドアノブに触れて感染
- ・乾燥した嘔吐物に含まれたウイルスが空気中に散って感染拡大



ノロウイルスを

持ち込まない

◎ノロウイルスの予防 4 原則

拡げない

つけない

やっつける



もみじ組（0 歳児）

離乳食の子ども達に「もぐもぐ」「ごっくん」「おいしいね」と保育士が言葉をかけると、大好きな食事の時間に自然と笑みがこぼれたり、時々待ちきれず手づかみで食べようとすることもあります。又、幼児食の子ども達は自分で食べることに少しずつ興味を持つようになり、スプーンに食べ物をのせてお皿に置いておくと自分で取り大きく口を開けて口まで運ぶことも増えてきました。こぼす事もありますが、「上手に食べられたね」と褒められるととても嬉しそうです。一人ひとりに合わせて進め、これからも楽しく食事ができるようにしていきたいです。

もみじ組（1 歳児）

それぞれに好みが出てきて、苦手な物はなかなかスプーンが進まない時もあり、「1 口食べてみようかー」「どんな味がするかなあー」など声を掛けながら食事を進めています。保育士の声掛けに促されパクっと 1 口食べてみる子もいれば、「イヤ～！！」と言わんばかりにお皿を押し食べない子もいます。ある日、1 口食べられた子に「すごいねー美味しいねー」と声を掛けると「美味しいねー」と返ってきました。すると食わずに近くに座っていた子がスプーンに手を伸ばし食べてみようかなあーという表情になったので、すかさず「おいしいんだってー」と声を掛けると 1 口口の中へ。もぐもぐと一緒に口を動かすとごっくんができたので「食べられたねー！！」と喜び合いました。その日、その時の気分で食べたり、食べなかったりする時もありますが色々な味を味わえるよう、楽しい食事の時間を作っていきたいなあと思いました。

ふたば組

前回の食育日よりお知らせした目標“食器を持って食べる“のその後はと言いますと、食器をご飯・汁物椀・副菜のお皿とそれぞれに配膳していただくことにより、食器を持ちやすくなったことが大きく加担し、食器を持って食べる意識が子ども達に浸透し始めてきました。只今、目標五合目あたりです。一朝一夕で身に付くことではありません。子ども達の意識を損なうことなく賞賛励ましの声を掛けながら目標に向かって進んでまいります。さて、園内を散歩する度に目に入っていた金柑（白い花が咲く・緑色の実が段々と大きくなっていく様子）が、いい色合いになり収穫の時期を迎えました。ふたば組の子ども達も早速参加しました。丁度手の届く所になっていたのも、しっかり自分の手でもぎ取る体験ができました。小さな手に金柑を取めた表情は、満足の一言に尽きました。そして、それらの金柑を給食の時に実食しました。味を知るだけで十分、きっと口から金柑が飛び出すだろうと思っていた所、まさかのモグモグ・ゴクンをしました。食育の醍醐味である”自分で収穫したものは美味しい“は間違いありませんでした。

つくし組

毎朝登園する前に家で今日の献立をおうちの人と確認してくるA君。しかし、その日は確認してくるのを忘れてしまい泣きながら登園…

「それなら、つくしさんみんなで今日の給食何か確認しようか」と声掛けをしました。パターン保育を始める前に「今日の給食はカレーです」と保育士が言う。「やったー！カレー大好き」と大喜びの子ども達。その日から毎日みんなで今日の献立を確認するようになりました。又、給食の前に「お着替え終わったら給食行くよー！」と声掛けをすると「先生、今日の給食は〇〇だったよね！？」としっかり今日の献立を覚えている子ども達が増えて、毎日の給食をととても楽しみにしています。これからも子ども達が食べることの楽しさや食への期待を持つことができるように、取り組んでいきたいと思えます。

のびろ組

ふたばさん、つくしさんと金柑ちぎりに行きました。「やったー」「食べたことあるよ」とやる気満々の子ども達は、金柑の木を見ると「わー、いっぱいなってる」と大喜びで順に収穫しました。「これが金柑のにおいかー」「小さいミカンみたい」「緑のはすっぱいよね」と友だちと見せあっていました。ふたば、つくしさんが収穫を終えるとのびろさんは延長戦です。雪がちらついていましたが“寒さより金柑“の子ども達は元気一杯です。木の下に入り込んだり、少し高い所の枝は引っ張って取りやすくしたりと考えながら収穫し、その勢いには驚きました。靴、ズボンの汚れからいかに夢中になったかが伝わります。「早く食べたーい」と話し、「給食の先生ー！！」と渡しに行き、穫れたてを給食で頂きました。「これ、皮も食べれる？」「うん、皮も食べれるよ」「おいしい」「すっぱい」と感想は様々でしたが、自分で収穫したという嬉しさが格別な味につながったようで「また食べたい」の声もたくさん聞かれました。

あすなろ組

園舎裏にみかんちぎりへ出掛けました。裏山に登るだけでも一苦勞のあすなろさん。お友だちに引っ張ってもらいながら登りました。ハサミで必死に切りますが枝が固くてなかなか切れません。保育者と一緒になるとやっと切れました。「うわぁー大きい！」「重い！」「みかんの匂いだ！いい匂い！」とちぎりたてのみかんの匂いを存分に感じていました。その後は収穫したみかんを集め両手一杯に持ち、カゴへ入れるお手伝いをしてくれました。給食時、デザートに収穫したばかりのスイートスプリングが登場！！いつも以上に「おいしいね♡」「すっぱいけどいい♪」とそれぞれ自分でちぎったみかんの味を堪能していました。