



食育だより

なごみん神山園

今年度も残すところわずかになりました。1年を振り返ってみると、離乳食がステップアップして様々な食材を食べられるようになったり、たくさんの野菜や果物の名前を覚えたり、また料理の作り方に興味をもち「これはどうやって作るのかな」と質問をもらえるようになりました。今後も給食やおやつ・食育教室や毎日のやり取りを通して食事の時間が楽しみになるように努力していきます。

取りくみ

神山園では、月に1度園内カンファレンスを行い、子どもの様子や食事の進行具合・園内行事(行事食の実施)などを共有しています。最近では、給食やおよつたの食材の大きさについて話し合いました。自分の歯で噛みちぎる事が出来るように食材の大きさを2cmから3.5cmなどに換え、何度か食べているうちに1口目から自分で食べやすい大きさに噛みちぎる事が出来るようになりました。今後も一人一人を観察して実施していきます。



☆きなこトースト☆

材料: きな粉2g 砂糖2g 塩1g 牛乳2g 食パン50g

- 作り方;①食パンは食べやすい大きさに切る
②調味料を混ぜてパンに塗る
③180℃で10分焼く

牛乳を加えると塗りやすくなり、焼くことで手に付かず食べやすくなります。



☆2月 食育教室の様子☆

きなこづくりに挑戦しました。
水に戻す前と後の大豆、炒った大豆を触り、『これはやわらかいね』『これかたい』と感触についてみんなで話していました。



次にミキサーで細かくして容器に入れ、それを渡すと自分から鼻を近づけて匂いを嗅いでみました。『なんのにおいかな』『きなこのにおいかな』『これ食べた事あるよ』と笑顔で教えてくれました。



最後にすり鉢とすりこぎを使ってつぶす事に挑戦しました。飛び散らないようにゆっくり混ぜる子や目線を合わせて細くなる様子を観察する子がいました。出来たあがったきな粉ペーストにし、トーストに塗って提供すると「おいしいね」とたくさん食べることが出来ました。

