

# 給食だより



誠和会調理部会  
平成30年6月  
長沢保育園

紫陽花がきれいに咲く季節となりました。雨の日、みなさんはどのように過ごされますか？  
外で遊ぶことができない雨の日には、お子さんと一緒にクッキングを楽しむのもよいのではないのでしょうか。  
室温が高くなると心配なのが「食中毒」です。年間通して、食中毒は起きる可能性があります。これからの季節は特に注意が必要です。衛生管理をしっかりと行いましょう。



**食育  
知っていますか？**

みなさんご存知ですか？6月は『食育月間』です。  
そして、19日は食育の日として農林水産省が定めています。  
この時期に食育について考え、振り返ってみませんか？

平成17年度に厚生労働省により、「食育基本法」が制定されました。

食育基本法は、国民が生涯にわたって、健全な心身を  
培い、豊かな人間性をはぐくむことができるようにするために、  
食育を総合的・計画的に推進することを目的としています。私  
たちが毎日欠かすことができない『食』をめぐる様々な問題の  
対策として、食育を推進するために制定されました。

様々な問題とは・・・

- \*不規則な食事や栄養バランスの偏った食事の増加。
- \*肥満・やせ志向・生活習慣病の増加。
- \*「食」を大切にしている心の欠如。
- \*「食」の海外への依存。
- \*「食」の安全上の問題発生。
- \*伝統ある食文化の喪失。 などです。

健康で元気に生きるために、子どもの頃から正しい食の知識  
を身につけていくこと、また、食を通じて身体の成長はもちろんのこと、心の成長や親子の絆を深めることが期待できる、それが食育です。

元気で遊ぶことでおなかがすき、その空腹を満たす心地よさ  
を知ること、まずはこれが一番大切だと思います。  
乳幼児期は生活すべてが食育につながっています。

身体をよく動かすことで  
空腹感や食欲を感じ、  
給食をおいしいと感じる  
経験をする。



菜園や、野菜の皮むきなど  
で食材に触れ、五感を使っ  
ておいしさを発見する経験  
を重ねること、食に興味を  
持つことで自分の身体や健  
康について考える。



**保育園での食育は  
こんなことを  
しているよ！**

クッキング活動を通して、  
自分にもできた！という  
満足感や達成感を得るこ  
とができ、心の成長につ  
ながる。



仲良く友達や先生と給食  
を食べることで安心感、  
信頼感を深めることが  
できる。



パイ生地を四角に切って  
あんこを包むとあんこパイ  
になるよ！  
いろいろ試してみよう！



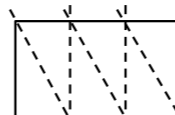
## お家で簡単レシピ ～ソーセージパイ～

材料（6個分）

- パイ生地 1枚  
(15cm×23.5cm)
- ソーセージ 6本

作り方

- 下準備 オーブンを180度に温めておく。
- ①パイ生地を図のように6等分に切り分ける。
  - ②切ったパイ生地を少し伸ばす。
  - ③パイ生地の上にソーセージをのせ、くるくるとまく。
  - ④天板に③を並べて火が通るまで焼く。



そう組さんの初めてのクッキング

5月2日（水）  
かしわもちを  
作りました



くま組さんの青空ランチ

5月25日（金）  
ゆうひパークの  
公園でハンバー  
ガーを食べました



