



# モグモグだより

至誠会保育園  
令和6年10月30日発行  
栄養士 山中

日が暮れる時間が早くなり、風や日差しも秋らしくなってきました。この時期は、空気も乾燥し大人も体調を崩しやすいので体調管理に気をつけましょう。

旬の食材は栄養価が高いため、子どもたちが元気に過ごせるように、給食では旬の食材を多く取り入れたメニューを提供していきます。

## ☆ もぐもぐアルバム ☆ ひまわり組（5歳児クラス） 9月17日（火）

「十五夜」は一年でお月様が一番きれいに見える日、十五夜の夜には「お月見」といって、月のようにまん丸なお団子とお米の稲穂に似たすすきを飾り、秋に採れる作物に感謝する気持ちを込めてお月見をすることを話しました。その後、お団子作りをしました。さらさらの白玉粉に水を入れてよくこねて「なかなか粉がまとまらないよ」「きれいに丸められた」と、楽しそうに行っていました。1～4歳児クラスの子どもたちは、作っている様子を見ました。出来上がったお団子は三方に並べ、すすきと一緒に各クラスに届けました。



— 今日の夜は十五夜です —



— 上手に丸くできました —



— たんぼぼ組が見に来ました —



— 「飾ってね」 —



## ☆ 幼児組の集会 ☆

普段食べている、野菜・果物・魚がどこで採れるのかをみんなで考えました。キャベツは「土の上」じゃがいもは「土の中」りんごは「木の上」魚は「海の中」とみんな元気よく手を挙げて答えていました。芋掘り遠足で掘るさつま芋は、土の中から採れること、手で土を掘って収穫することを伝えました。子どもたちは芋ほり遠足を楽しみにしている様子でした。

【海の中】



【土の上・土の中】



【木】



## ☆ 稲の食育 ☆ ひまわり組 (5 歳児クラス)

稲の食育を行いました。5月に田植えをした稲が田んぼで育ち、10月になり稲穂を手や機械を使って収穫することを「稲刈り」、刈った稲は乾燥させて稲穂と芽を取り分けることを「脱穀」という話をしました。その後、米の研ぎ方を伝えて、実際に米とぎを行いました。真っ白な研ぎ汁を見て「水が白くなった！」とびっくりした子や「お家でもやったことあるよ」という子など、楽しみながら米とぎを行いました。炊きあがったご飯は、すみれ組に届けに行ったり、ひまわり組では、炊きあがった炊飯器をクラスで開けると、炊きたてのご飯の香りが広がり「わぁー！」と歓声があがりました。



※もぐもぐだよりの発行は5月・7月・10月・1月の予定です。