



2020年 5月号

(有)関西幼稚園給食



5月5日は子どもの日

こどもの日は「端午の節句」といし、子どもの幸せと心身共に健やかな育ちへの願いが込められた日です。こいのぼりを立てて、武者人形を飾り、「ちまき」や「かしわもち」を食べ、菖蒲の葉を入れたお風呂に入ったり、この日ならではの楽しさを味わうことができます。

こいのぼり

急な流れや大きな滝も跳ね上がり、勢いよく泳ぐこいのぼりの姿と重ね合わせ、たくましく元気に育てこの願いが込められています



菖蒲湯(しょうぶづ)

邪気や災難除けの薬草です。「菖蒲」と「尚武」で「勝負」にかけており、立身出世の願いが込められています



かしわもち

柏は、新芽が出るまで葉が落ちないことから、後継者が絶えない縁起の良い木であり、また葉の香りが邪気を払うとされています。

ちまき

ちまきを毒へじになぞられて、食べることのできる免疫力が付き、無病息災の願いを込められているとされています。

なんでも食べよう!! バランス良く

< 幼少期からの味覚のスイッチを >

幼少期は味覚の幅を広げるスイッチング期でもあります。

5原味とは、甘味、塩味、旨味、苦味、酸味の事を言います。

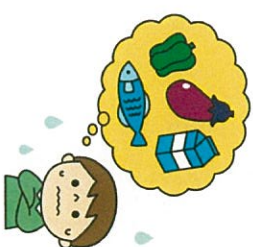
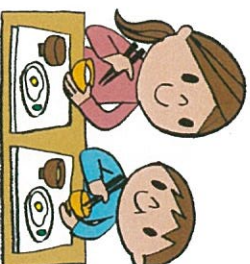


- ① 人間は生まれながらにして本能的に好む味(甘・塩・旨)と最初に出会うのか
- ② そのほかの味(苦・酸)とは実体験をどう重ねていくのか

重要なカギとなります。それには、食べ物との出会いをどのように体験学習させるかが大切になります。

< なんでも食べられるようになるために >

- ① いっしょに食べる
 - ② いっしょに料理する
 - ③ 強制しない
- 親や友達と一緒に食べることで、「食へてみようかな」と興味が持たれます。
- 一緒に料理することによって、みんなで作って食べる喜びが味わえます。
- 嫌いな食べ物を強制されることで、「食事=楽しくない」という思いを抱かせることがあります。



④ 調理にひと工夫

生野菜に火を通す、好きな食べ物といっしょに混ぜるなど、食べやすいよう工夫をしましょう。

⑤ 収穫の喜びを知る

野菜作りや収穫をすることで、作物を作る楽しさを味わうことができます。

