



～今月の食育～

今月の食育は、まず始めにみんなの舌には、甘い・苦い・辛い・酸っぱい・しょっぱいの5つを感じるところがあることを説明し、それを感知が出来るかの味覚体験を行いました。

子どもたちには、苦いと辛い刺激が強すぎるので日頃口にする調味料で砂糖と塩・酢を準備し、甘い・しょっぱい・酸っぱいの3つの味覚を感じてもらいました。子どもたちには、魔法の粉1と伝え舐めてもらい、5つの味覚のどれに該当するかと何の調味料だったのかを答えてもらいました。魔法の粉1は、みんな「あま〜い。これは、砂糖だ!」と答えることが出来ました。次に、魔法の粉2を舐めてもらおうと、「辛い!」や「しょっぱいけど、旨い。」と味覚を感じ、魔法の粉2が「塩」ということも分かりました。最後は、魔法の液体（酢）を舐めてもらいました。日頃そのままで口にするのではないので、少し舐めると子たちの顔はクシャッとなり驚いた顔をする子や「何これ?」と眉間にシワを寄せる子もいました。また、酸っぱいという味覚は分かって、何の液体なのかは、みんな分からず「酢」ということを伝えました。

最後に3つの調味料（砂糖・塩・酢）を使ってすし酢を作り、味比べをしました。すし酢を舐めると「こっちが、美味しい!」という子もあり、味の違いを体験しました。「このすし酢をご飯に混ぜると、お寿司になるよ。」と言うと、「お店とかで食べているやつ?」と不思議そうに尋ねて、驚いた表情でした。



「絵本から飛び出した給食」



～あらすじ～

カレーの材料を切るところから始まり、鍋の中に材料を入れていき、カレーが出来上がるまでの絵本です。簡単な内容なので、1・2歳児さんにもわかりやすい絵本になっています。

今月は、“絵本から飛び出したおやつ”ではなく、“絵本から飛び出した給食”だったため誕生会のときに読み聞かせをしてもらい、その絵本から飛び出したのはカレーでした。絵本の内容も分かりやすく、子どもたちは興味津々で絵本を見ていました。読み聞かせが終わると、なるみ先生とあいり先生がままごとセットを使い食材の名前を子どもたちと確認しながらカレーを作り上げていきました。おもちゃでカレーが出来上がると、給食室より本物のカレーが登場し部屋中カレーの匂いが漂い、鍋の中のカレーを見ながら、「おなか減った」や「早く食べたい」といいながら覗き込んでいました。また、8月生まれの年長児に代表で、カレーの味見をしてもらいました。みんなの前で味見するのは恥ずかしかったようですが、給食で食べるときよりも美味しかった。と感想を聞くことが出来ました。



そして、この日のカレーは特別で、チキンカツカレーでした。いつもと違うカレーに子どもたちも喜び、チキンカツを大きな口でパクリと美味しそうに食べている子がたくさんいました。

また、誕生会の日の3歳以上児は、ランチルームに集まって食事をするため、いつもと違った雰囲気となり年少児の子どもたちは、年中・年長児の上の子たちと楽しそうに「人参」、「お肉」と話しながら食べていました。

