



まだまだぐっと冷え込む日もありますが、晴れた日には暖かく、春の足音が近づいてきているのを感じます。今年に入りあっという間に2か月が経ち、もう3月。ゆり組さんの卒園も近づいてきました。この1年、本当に成長した子どもたちの姿に、うれしい気持ちと少し寂しい気持ちが胸の中に込み上げてきます。保育園での残りの日々を大切に、そして楽しく過ごしてほしいと思います。そして、もうすぐ進級することすもす、ひまわり、さくら、ちゅうりっぷ、つくし組のお友だち。新しいクラスになることを楽しみに、あと1か月も元気いっぱい過ごしてほしいと思います。

☆**こすもす組さんが初めてのみそ作りをしました。**

今年度は、ぜひみそ作りをしてみたい!という思いから、あい川ファームで大豆を育てるところから始まり、2/2 に初めてのみそ作りをしました。みそができるのは今年の秋頃...ということで、こすもす組さんをお願いして作ってもらいました。畑でとれた大豆3キロを指でつぶせるかたさまで柔らかく煮て、それを子どもたちに踏んでもらうところからスタート!つぶれた大豆を塩、米麹と一緒にみそくり機ですさらに細かくし、それを丸めてからみそ樽の中へ投げ入れてもらいました。初めての体験にこすもす組の子どもたちはやる気満々で、“やりたいやりたい”と一生懸命手伝ってくれました。みそが大豆からできていることや作り方、少しでも知ってもらえる機会になったと思います。ゆっくり寝かせて、秋にはおいしいみそができていますように...♡



○今月のレシピ「焼きおにぎり」

保育園では、2種類の焼きおにぎりがおやつです。2/6には、ホットプレートでおにぎりを実際に焼いてみたゆり組さん。最近は冷凍食品の焼きおにぎりもありますが、おうちでも簡単に手作りできるので、ぜひ作ってみてください。香ばしく焼ける匂いは食欲をそそりますよ!

\*しょうゆ焼きおにぎり\*

《調味料》(米1合分)

- しょうゆ…大さじ1
- みりん…小さじ1
- だし汁(かつおなど)…大さじ3
- ・ごま…少々
- ・ごま油…少々

《作り方》

●の調味料を少し煮立たせて、ごまも一緒にごはん混ぜ、ごま油を引いたフライパンでこんがり焼きます。  
※トースターで焼いてもできますよ。その場合はごま油も混ぜてください。

\*ねぎみそ焼きおにぎり\*

《調味料》(米1合分)

- みそ…大さじ1
- みりん…大さじ1/2
- 砂糖…小さじ1/2
- ・ごま…少々
- ・青ねぎ…2本くらい
- ・ちりめんじゃこ…大さじ1/2
- ・ごま油…少々

《作り方》

ごま油をひいたフライパンや小鍋で小口切りにしたねぎを軽く炒め、そこに●の調味料を入れて粘り気が出るように混ぜ込み、最後にごまとちりめんじゃこを入れます。それをおにぎりの上に塗り、トースターで焼きます。

○食事の時間、コミュニケーションの場を大切に○

\*食事場面はコミュニケーションを形成し、ことばを理解する場

赤ちゃんは、1人でおっぱいを飲んだり、離乳食を食べることができません。だからこそ、大人(お母さん)と関わる中で、「ほしい」「それはいや」などのコミュニケーションが生まれる大切な場です。食事の場面は同じ動作の繰り返し、同じ言葉かけの繰り返しです。それが1日に何回もあります。だからコミュニケーションが促進されるだけでなく、言葉の理解も促進されます。

\*食事場面で対人関係も育てていく

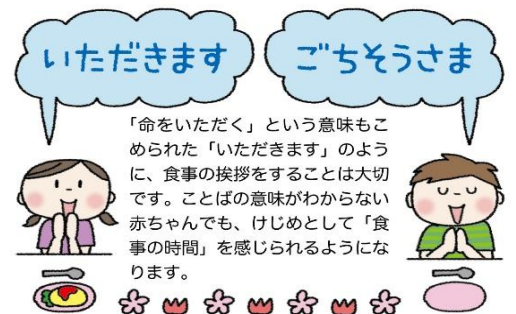
食事場面は、対人関係が非常に豊かに育つ場面でもあります。信頼できる家族や友達、先生と一緒に食べると楽しいおいしいと感じる心。食事はたんに栄養を取り込んでいるだけではなく、心の栄養も取り込んでいるのです。食卓という小さな社会の中で食べることで、みんなと一緒に食べること、“おいしい”という気持ちを共感することができます。また、その中で“自分は苦手だけど〇〇ちゃんは食べれる”“〇〇くんはたくさん食べる”など、人と比べる力も身につけてきます。

\*言葉の発達

しゃべりながら食べる、食べながらおしゃべりができるのは、おおむね4歳後半からです。この、“しゃべりながら食べられる”というのが「おいしい」の秘訣です。お友だちや誰かと一緒に食べたいという気持ちが生まれることはすてきなことです。そして、信頼関係がある中で一緒に食べるというのはとても大切なことです。安心して食べられる場を作ってあげることが大切です。



近年、家庭で、食卓をみんなで囲まずに別々に食べる“孤食”が増えています。ですが、食卓の場こそゆっくり話をすることができる大切な場です。食事の挨拶の意味やマナーを伝える場でもあります。それこそ、一番身近で大切な食育の場です。家族で食卓を囲む時間を大切にしてくださいね。



○2月はたくさんクッキングをしました!

2/8 にじ組さんが太巻き作りをしました。年末に作った切干大根を具にし作りましたよ♪おいしい太巻きがたくさんできました!



2/16にはゆり組さんがインドサモサを作りました。餃子の皮で餡を包むことに挑戦しました!

2/22にこすもす組さんが、畑で収穫したじゃがいもを使ってポテトサラダを作りました。ちょっと太めのきゅうりがシャキシャキしておいしかったです♪おいしくできて満足そうでした

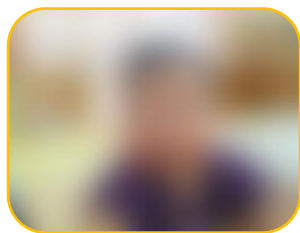


2/24にゆり組さんが昨年末に作った切干大根を入れたお好み焼きを作りました!これ、結構いけるんです!しっかり噛んで、食べごたえがありました。

☆**2月生まれのお友だち(1名)の誕生会をしました!**

○献立○

- ・じゃこわかめごはん
- ・手羽元のんにくみそやき
- ・はるさめのマヨサラダ
- ・ポテトスープ
- ・でこぼん
- ＊おやつはピザでした♡



お誕生日  
おめでとう!

