



令和7年11月1日

井堀保育園

朝晩は冷え込み、日中は暑いので、気温差から体調を崩しやすい時期です。
旬の野菜や果物からビタミンを摂取して、病気に負けない体づくりをしましょう。



給食の美味しい話

食への興味が沸いてきている、たんぽぽ組の子ども達。

給食をのせたワゴンを見ると、自ら手洗い場へ向かったり「今日のおかずは何かな？」とワゴンをのぞきに來たりするほど、食べることを楽しんでいます。

好みのおかずの時は、お皿にぐーんと手を伸ばし、苦手な時はそっとお皿を遠ざけたり、おかわりが欲しい時は指差しやお皿を見せたりすることで、保育士にアピールをして、しっかりと意思表示をしています。

離乳食から刻み食へと移行し、食を楽しむたんぽぽ組の成長に驚きと微笑ましさを感じる調理員一同です。

11月24日は「和食の日」です

次世代への継承・保護していくことの大切さを考える日として11（いい）2（にほん）4（しょく）という語呂合わせから11月24日に制定されました。和食は日本の伝統的な食文化として評価され、ユネスコ無形文化遺産に登録されています。

和食の特徴

- 新鮮な食材とその持ち味
- 健康的な栄養バランス
- 自然や季節の移ろいの表現
- お正月など行事との関わり



外国人が苦手な意外な和食



- 生卵（卵かけごはん）
卵を生で食べる習慣が無い
外国人には、戸惑う料理



- こんにゃく
ゴムのような独特の食感や
見た目に抵抗がある



- 梅干し
独特の風味と酸味と塩辛
さが苦手と感じる

