



## もぐもぐだより 10月

調理員 山田・箕輪 R4.10.28

実りの秋、食欲の秋です。子どもの頃から食べ物の匂を知り、匂の恵みを味わうことは豊かな感性や味覚形成にとっても大事なことです。保育園でもたくさん匂の食材が登場しますよ！食卓にも取り入れて、話題も豊かに食事の時間を過ごせるといいですね！10月は4、5歳児を中心に食育活動に取り組みました。その様子をお伝えします。



### ～スイートポテト作り～

さつまいもを使い、スイートポテト作りをしました。「粘土みたーい」と言っただけで力強くこねるとぼろぼろと形がくずれたり…クッキー生地や粘土とはまた違うお芋の生地の感触を体感しました^^♪



丸めて形を決めたら、自分たちの思い思いにトッピングをしました。カラフルなスイートポテトができあがり、子どもたちはニコニコ笑顔♪ 甘いさつまいもの生地の香りに「いいにおい」「お芋のにおいだねえ」と香りも楽しみながらクッキングができました。自分たちで作ったおやつは、また一段とおいしかったようで、友達と見せあいながら食べていました！



### ☆お芋の見比べ・食べ比べ☆

さつまいも・じゃがいも・里芋の違いを発見！いつも給食に登場するお芋は何が違うのかな？見比べてみました♪

まずは給食の先生が3種類のお芋を包丁でばっかーん！「わ！白い！」「全部色が違うよ」と興味津々！さわって匂いをかいでみたりしましたよ。



うわ～！  
ぬるぬるするよ…  
これなあにー？



ククン…  
甘い匂い？



さわらせて～！

じゃがいもは  
つるつるしてるよ～



観察した後は、3種類のお芋を食べ比べ。「全部おいしい！」「里芋、食べたことない～」「じゃがいもホクホクだよ～」何もつけず、素材の味を楽しみました♪一番人気はさつまいもでした🍠✦

普段何気なく食べているお芋も、比べてみることで違いを発見でき、それぞれの美味しさを体感しました♪

食材が豊富な季節ですので、おうちでもぜひ子どもたちと一緒に食材に触れ、一緒に味わってみてください^^◆

### ◎七五三のお祝い◎

七五三にはお赤飯や千歳あめを食べる習慣があります。来月は七五三のお祝い会メニューで赤飯を予定しています。お赤飯は、赤い色は紅白とも言われるように縁起が良いとされているためお祝いごとの時には食べられることが多いです。千歳あめは、水あめを長く引き伸ばして作られているので長生きができますよという思いが込められています。日本の伝統的な食事を大切にして、子ども達に伝えていきたいですね。