



令和7年9月1日(月)
調布なないろ保育園
園長 高橋真登香
栄養士 吉田 早希

まだまだ厳しい暑さが続きますが、日が落ちるのが少しずつ早くなってきました。これから秋が始まります。芸術の秋・読書の秋・スポーツの秋・食欲の秋と、いろいろな秋を満喫しましょう。お散歩途中のお店やスーパーマーケットの店先で秋を見つけるのも楽しいですね。

食育ピクトグラム

食育ピクトグラムをご存じですか？

農林水産省が作成したこのピクトグラムは、文字どおり食育のためのもの。食育の推進や啓発のため、その取り組みを誰にでもわかりやすく発信できることを目的としてつくられました。「食べる力」は、心身の健康を維持し、食べ物やつくる人への感謝の心を育て、食べる事の楽しさや日本の食文化を次世代に伝えていくという、生涯の「食」において欠かせない力です。そして、この食べる力は、「生きる力」であるともいわれています。乳幼児期は、この食べる力、生きる力を育む土台となる大切な時期。調布なないろ保育園では、食べる意欲の基礎をつくり、さまざまな体験を広げていくため、食育の活動に力を入れています。これからの未来を生きる子ども達のために、食の大切さを一緒に考えていきましょう。



今月も職員からのリクエストメニューを献立に取り入れています。献立表に紫色の★印がついているので、ぜひ探してみてください♪

4日(木)	おひる	広東風ごもく麺	江藤 梨絵子 (2歳児クラス担任)
5日(金)	おひる	松風焼き	小野 理恵 (乳児フロアリーダー)
			秋元 翔子 (5歳児クラス担任)
18日(木)	おひる	味噌ラーメン	山田 律子 (4歳児クラス担任)
19日(金)	おやつ	コロッケ	高島 恵 (0歳児クラス担任)
25日(木)	おひる	かしわうどん	加藤 孝昂 (3歳児クラス担任)



《世界の料理献立～タイ～ ガパオライス》

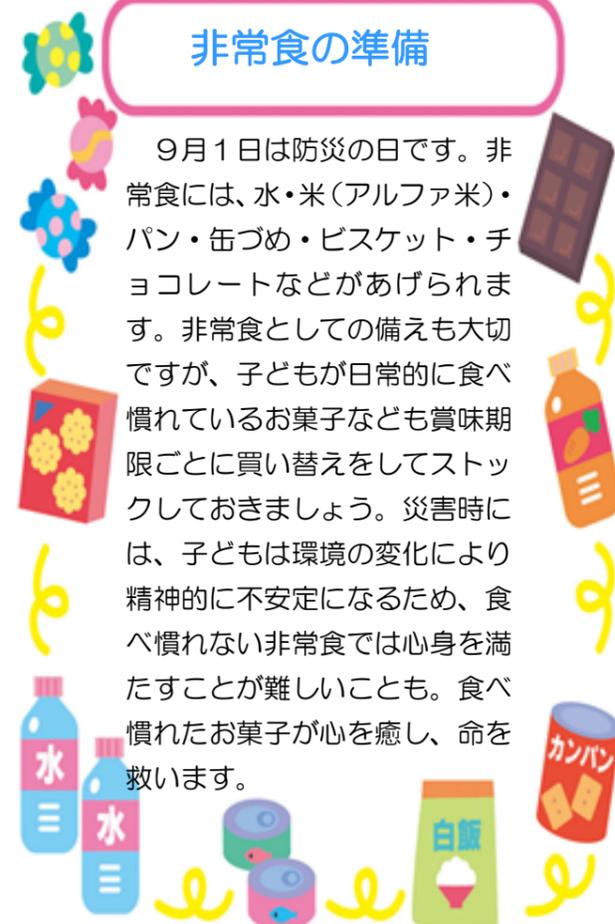
ガパオライスはタイ料理のパッガパオガイ(鶏肉のホーリーバジル炒め)を元に、日本人が食べやすくアレンジした料理です。発祥はタイですが、ガパオライスは日本特有の料理名。豚ひき肉や鶏ひき肉、パプリカをホーリーバジルと一緒に炒め、ナンプラーや砂糖で味付けをする料理です。日本ではホーリーバジルよりも手に入りやすいスイートバジルを使うのが一般的です。

写真はイメージです。卵は使用しません。なないろ保育園では子どもたちが食べやすいように調理し、9月26日(金)に提供します。



非常食の準備

9月1日は防災の日です。非常食には、水・米(アルファ米)・パン・缶づめ・ビスケット・チョコレートなどがあげられます。非常食としての備えも大切ですが、子どもが日常的に食べ慣れているお菓子なども賞味期限ごとに買い替えをしてストックしておきましょう。災害時には、子どもは環境の変化により精神的に不安定になるため、食べ慣れない非常食では心身を満たすことが難しいことも。食べ慣れたお菓子が心を癒し、命を救います。



だしがらの再利用

SDGs(食品ロス)の取り組みとして何が出来るか、給食室で考えてみたなかで、だしがらを再利用したふりかけ作りをし、子どもたちに提供してみようという案ができました。普段は廃棄するだしがらも、食べられることやもったいないの心を育てるきっかけになればと思っています。さしあたって、9月からふりかけの提供を始めます。初回は9月3日(水)です。ぜひご家庭で子どもたちの感想を聞いてみてください♪



煮干しとかつお節を使います☆