

給食だより 7月号

令和7年6月30日

—富岡保育園—



梅雨が明けるといよいよ夏本番です。規則正しい生活、こまめな水分補給で、熱中症を防いでいきましょう。とくに乳幼児は体温調節機能が十分に発達しておらず、また、汗や尿となって体から多くの水分が出ていく為、より一層の対策が必要です。屋外だけでなく、屋内でも十分に注意しこまめに水分を取りましょう。（麦茶や水が基本です）給食でも旬の夏野菜を取り入れた栄養バランスの良い食事を提供していきます。

7月は高齢者大学とのふれあい交流会（七夕会）や、年長児サマーキャンプなどイベントが盛りだくさんです。暑さに負けない体をつくるため、しっかり食べてゆっくり休養をとり元気に過ごしましょう。

～6月の献立より～

6月に登場するおやつ“カエルパン”は目や口のパーツを給食室で準備して、以上児さんは自分たちで作ります。出来たカエルパンを「先生見て！」とみんな嬉しそうに見せてくれました。雨が上がり気温が一気に上がりましたが、食欲も落ちることなくたくさん食べてくれています。

富保ファームも夏野菜の収穫が始まりました。びっくりするくらい大きくて立派な野菜が実っています。さっそくなすをベーコンスープに入れてみましたが、完食でした。平井ゆうが君なおや君のおばあちゃんからすももをたくさん頂きました。おいしく頂きました、ありがとうございました。



大きなスイカ
頂きました！



富保ファームの野菜



あじさい寒天



カエルパン



「先生見て～！」



保育参観・育児講座・給食試食会

6月7日（土）育児講演会が行われ、藤原康生先生と久保秀子先生のとても貴重なお話を聞くことが出来ました。また、給食試食会も新型コロナウイルスの中止から、ここ数年はお弁当配布でしたが、7年ぶりの開催となりました。今回の献立は【高野豆腐のヘルシートンカツ・バンサンスー・きゅうりのポリポリ・具たくさんみそ汁・ばんかん】でした。

藤原先生が高野豆腐を揚げたのは初めて食べられたそうで、たくさん噛むことによって薄味でもしっかりと味がするのでいいですね。神奈川県では一回の給食で約400回噛むそうですが、富岡保育園の給食では1616回噛みました。これは江戸時代の食事と同じです。また、3分づきのお米もよく噛むことにつながりいいですね。未満児さんの朝のおやつも“おひさまケーキ”（蒸した南瓜の黄な粉がけ）でしたが、幼児期のおやつは3食で補えない栄養をとる為のものなので、おやつ＝甘い物ではなく、こういったおやつがいいですとってくださいました。

～保護者の方の感想より～

◎藤原先生のお話会で去年藤原先生の話聞いてブクブクうがい続けてきました。ほとんど歯の隙間がない状態でしたが、おかげさまで少し隙間が出てきています。今回の学びをうけて今からでもできることもたくさんあるのであきらめず3人でできもち新たに実践していきたいと思いました。来年も参加したいです。

◎保育参観お疲れ様でした。子どもたちと運動していい汗をかいてとても楽しかったです。子どもたちは元気がいいですね。育児講座ではたくさんの方の話を学ぶことが出来ました。長い時間話を聞くのは苦手ですが楽しく聞くことができ、頭にもしっかり入りすごく良かったです。給食試食会では他の保護者の方ともコミュニケーションを取りながら楽しかったです。いつも美味しい給食をありがとうございます。すごくおいしかったです。ごちそうさまでした。

