



令和7年4月25日
社会福祉法人 国立保育会
宮前おおぞら保育園

穏やかな気持ちの良い季節となりました。新年度がスタートして早くも1ヶ月が経とうとしています。園生活にそろそろ慣れてきた様子ですが、少しずつ疲れが出てくる頃でもあります。子どもたちの表情や食欲などの変化に注意しながら、体調管理に気を付けていきましょう。



こどもの日は、端午(たんご)の節句の日でもあります。子どもたちが元気に育ち、大きくなったことをお祝いする日です。「家族に感謝する日」という意味もあるそうです。なぜ、鯉のぼりが飾られるようになったかという、鯉は、流れが速くて強い川でも元気に泳ぎ、滝をも登ってしまう魚で、そんなたくましい鯉のように、元気に大きくなることを願う意味が込められているからだそうです。また、五色の吹流しは、子どもの無事な成長を願って、悪いものを追い払う意味が込められているそうです。



5月の食育目標

「様々な食材や味に慣れる」

旬の食材

新玉ねぎ

普通の玉ねぎは収穫後 1 か月ほど乾燥させますが、春にとれる新玉ねぎは乾燥させずに出荷されるため、表面が白いのが特徴です。水分量が多くて

やわらかく、辛味が少ないので生でも食べやすく、サラダやマリネなどに適しています。

～ポークビーンズ～

【材料】 大人2人 幼児2人分

- ・豚肉……180g
- ・ケチャップ……42g
- ・油……大さじ1弱
- ・トマトピューレ……54g
- ・玉ねぎ……120g
- ・三温糖……小さじ2
- ・人参……90g
- ・塩……ひとつまみ
- ・大豆水煮……210g
- ・水……130ml



【作り方】

- ① 鍋に油を熱し肉を炒める。
- ② 肉に火が通ったら、玉ねぎ・人参を加えて炒める。
- ③ ②に水を加え、野菜がやわらかくなるまで煮る。
- ④ 大豆水煮と調味料を入れて煮込んだら出来上がり。

食育活動



5月9日(金)

「テーブルマナー」……つき組

5月16日(金)

「箸の持ち方」……ひかり組



5月22日(木)

「三色食品群」……にじ組

