



あけましておめでとうございます。本年もよろしくお願い致します。

## ★1月食育テーマ「献立の名前を知ろう！」 3つの仲間さがし！」

体をつくっていくために大切な3つの仲間を給食の中から探します。また、3月にはバイキング給食が予定されているため、献立の名前と料理が子どもたちの中で一致するように伝えていきます。毎日の給食で使用する食材を3つの仲間に分ける食育ボードを活用していきます。1月11日はお餅つきです（もも・あお）。いつもと違うお米【もち米】を使い、杵と臼でお餅を打っていく光景はなかなか家庭では見られなくなってきていると思います。そのような、家庭ではできない経験をとも園で楽しみたいと思います♪二色餅と雑煮にして味わいます。

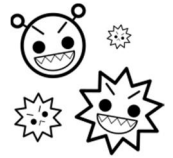
◆行事食◆

元旦＊おせち料理  
おせち料理には、家族の健康や繁栄を願って様々な食材が用いられています。めでたい[鯛]、よろこぶ[昆布]、マメ(元気)に暮らす[黒豆]など、語呂合わせを楽しみながら、ご家庭の食卓でも【食】への関心を広げていけるといいですね。

1月7日＊七草粥  
春の七草【せり・なずな・ごぎょう・はこべら・ほとけのざ・すずな・すずしろ】を入れて炊いたお粥のことで、中国から伝わった風習のひとつです。正月にご馳走を食べて疲れた胃を整えるために食べます。7日3時のおやつに予定しています♪

## インフルエンザが流行る季節です！

この時期、人ごみへの外出はなるべく避けるようにしましょう。また、発熱して医療機関に受診しても、インフルエンザが単なるカゼか、すぐに診断ができない場合があります。インフルエンザにかかった場合は、医師の許可が出るまで「登園禁止」となります。かからないためにも、家に帰ったらうがいと、せっけんを使った手洗いを心がけましょう。また、ノロウイルスも大流行しているようです！体力抵抗力の低い子どもや高齢者は脱水状態になったり、重症化しやすいため、感染しないよう十分注意しましょう。



## ▲▽農薬のおはなし▲▽



普段、口にしている野菜や果物は栽培の段階で農薬を使用しているものがほとんどです。【農薬＝体に有害な物】というイメージを持っている方が多いかと思います。しかし、現在国内で栽培されているものや、海外から輸入されているものは、市場に出回るときに必ず安全基準の基づいた残留農薬検査を受けています。また、使用される農薬も改良が進んでいて、散布後に日光や雨に当たり土壌で分解されやすいようになっているそうです。農薬の使用量においても、一生のうちで摂取し続けても問題がないとされる量が設定されています。家庭で調理するときには、水洗いをしたり、キャベツ等は外側の葉を5枚ほど剥がすだけで、取り除くことが出来るそうです。