



新年 あけましておめでとうございます

新しい一年がスタートしました。まだまだ厳しい寒さや空気の乾燥が続き、体調を崩しやすい時期です。しっかり食事をとり、よく遊び、よく寝て、大人も子どもも毎日元気に過ごしたいですね。本年も子どもたちがおいしく食べられる給食づくりを目指して参ります。よろしくお願い致します。



食事マナーを身につけましょう

食事マナーは決め事が多く、堅苦しいものと思われがちですが、食事をより楽しむためのものです。難しく考えすぎず、少しずつ身につけられると良いですね。一部ですが、下記のマナーを確認してみましょう。



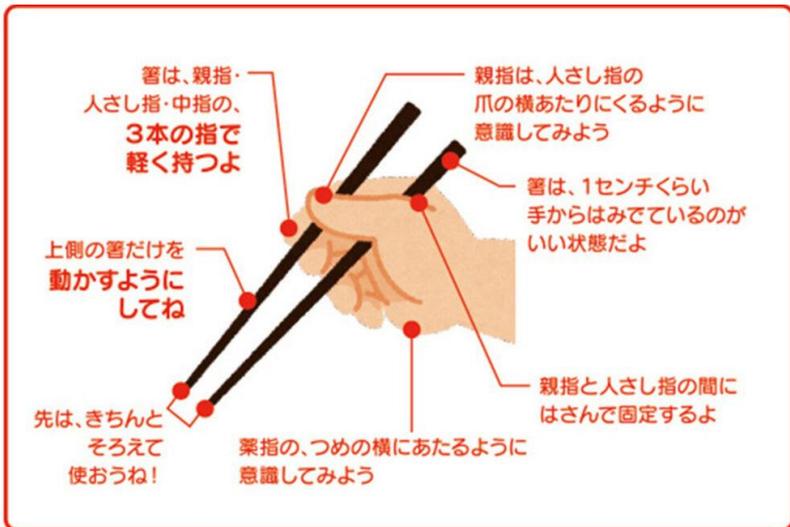
マナーチェック

- ☑ 食事の前に手を洗いましょう。
- ☑ 「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしましょう。
- ☑ 片手を机の下におろしたり、ひじをついたりせず、背筋を伸ばして食事をしましょう。
- ☑ 食事中には席を立たないようにし、食事に集中しましょう。
- ☑ 口の中に食べ物が入ったままおしゃべりしないようにしましょう。また、食事中にふさわしくない話はしないようにしましょう。



正しいお箸の持ち方 できていますか？

お箸は調理から盛り付け、食事までこなす、和食を支える存在です。正しい持ち方を身につけて、和食文化の保護、継承につなげていきましょう。



農林水産省 おいしい和食のはなし
https://static.ouchidewashoku.jp/2022/07/contents_106_2-1024x683.jpg

感染症に要注意！

保育園は集団生活の場です。引き続き、感染症対策に注意してまいります。ご家庭でも手洗い、うがい、換気、咳エチケットなど基本的な予防策を意識してみてください。少しでも体調に異変を感じたら無理せず休養をとり、回復につとめましょう。冬に乳幼児がかかりやすい感染症には以下のものがあります。

- ◎ 感染性胃腸炎(ウイルス性胃腸炎)
ノロウイルス、ロタウイルスなど
- ◎ インフルエンザ
- ◎ RSウイルス感染症
- ◎ 水痘(みずぼうそう)

日本各地の郷土料理

今月は富山県の郷土料理です。鮭の甘酢あんかけ、ごまみそ和えを提供します。

富山県は、「ますのお寿司」で有名なサクラマスが名産品です。春になると富山湾から川を遡上しますが、近年は養殖にも力を入れているそうです。ごまみそ和えは「よごし」とも呼ばれ、ゆでた野菜を細かく刻み、味噌と和えて炒めたものです。夜に作り置きをしておいて翌日の朝に食べることから「夜越し」の意味で「よごし」と呼ばれるようになりました。季節ごとに様々な野菜が使われ、各家庭の味が出やすいのが特徴的です。

今月も楽しみにしててください！

