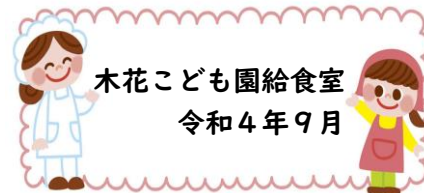




給食だより



木花こども園給食室
令和4年9月

朝晩は涼しい風が感じられるようになり、過ごしやすくなりました。食卓にも秋の味覚が少しずつ登場しますね。残暑に負けないように楽しく食べて元気なからだを作しましょう。

9月の給食目標

秋の味覚を味わおう

畑の野菜を収穫、食べて秋を感じよう

食育目標

食と人とのかかわりを伝えよう

9月19日は敬老の日。長年社会貢献してきた高齢者を労い、感謝を伝え、食文化の教えを受けるなどして世代間の交流を図りましょう。



高岡町の偉人、ビタミンの父と言われる「高木兼寛（たかき かねひろ）先生」を知っていますか？

高木兼寛は「食事の改善によって脚気の予防に初めて成功した人」です。

海軍軍医だった当時、カレー味のシチューに、炒めた小麦粉でとろみを付け、麦ごはんにかけて食事を提供することにより、難病とされていた脚気を予防することに成功しました。後に、脚気の予防には、麦に多く含まれる「**ビタミンB1**」という栄養素が関係していたことが発見されています。また、この食事が日本で食べられているカレーライスの始まりだと言われています。

高木兼寛（たかき かねひろ）

医学博士 海軍軍医大監。

1849年（嘉永2年）

9月15日（旧暦）

高岡町^{むかさ}穆佐に生まれる。

1920年（大正9年）

4月13日亡くなる。



※ 脚気とはビタミンB1が不足して起こる病気で、全身の倦怠感、食欲不振、足のむくみやしびれなどの症状があらわれます。

※ このことに由来して高岡町の道の駅は「ビタミン館」という名前になっています。

※ **9月1日は麦飯カレーを予定しています。**

8月の食育・給食活動報告

●8月も畑の野菜がたくさんとれました。
きゅうり・ナス・ピーマン・かぼちゃ・スイカ・トマト・大葉



収穫した野菜は給食に使用しました。

●子供たちは9月の運動会に向けて毎日練習を頑張っています。練習の後にはスポーツドリンクや氷を提供し熱中症対策を行いました。

●おやつにかき氷を作りました。自分の好きな蜜を選んでかけました。



●園内祭りに合わせてフライドポテトを出しました。

●くま・きりん・ぞう組にウナギを提供しました。

9月1日は何の日？

9月1日は**防災の日**です。

非常食の備えが大切です。水、ごはんも大切ですが、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ます。

