食育だより 11月

2024年度
別府市立保育所

１１月２４日（いいにほんしょく）は「和食の日」

ということで、和食マナーの基本となるお箸の使い方において「嫌い箸」といわれるマナー違反をご存じでしょうか。このようなマナーも和食の大切な文化として子ども達へと伝えていきたいですね。

〈嫌い箸〉

周囲の人たちに不愉快な思いをさせないために箸使い（和食）のマナーがたくさんあります。みなさんはいくつご存じですか？この他にもたくさんありますので興味のある方は調べてみてくださいね。

【指し箸】
箸で人や物を指すこと。相手に失礼。

【叩き箸】
箸で器を叩くこと。行儀が悪い。昔から「茶碗を叩くと餓鬼が来る」と言われる。

【寄せ箸】
箸で遠くの器をそばに引き寄せること。器やテーブルを傷つけることもある。

【箸渡し（合わせ箸・拾い箸）】
箸同士で料理を渡すこと。葬儀のお骨拾いと同じ動作なので縁起が悪い。

【立て箸（仏箸）】
箸を飯に突き立てること。亡くなった人に供えるごはんと同じで、仏事を連想させ、縁起が悪い。

〈※遠足の弁当・菓子についてのお願い〉

１１月には遠足があります。ご家庭で作ったお弁当も子どもたちは楽しみにしていることでしょう。そのお弁当ですが、作る際には誤嚥や窒息の事故を予防するために、ナッツ類やイカなどのかたいものやミニトマト、ブドウ、枝豆のように丸くてつるっとしているものなど危険性が高いとされている食材はお控えいただければと思います。また、持参する菓子についても、同じく危険性が高いとされるラムネ、飴、グミ、ミニカップゼリーなどはお控えいただきたく、お子様の安全のため、ご理解ご協力の程、お願いいたします。

食育活動のひとコマをレポート♪

大豆から「お豆腐」作りにチャレンジ！

①子ども達に順番でミキサーを回してもらい、大豆をドロドロに！

②出来立ての豆乳を飲んでみたよ。「おいしい」や「にがい」などの感想が。

③にがりを加えると、分離してだんだん固まっていく様子も面白かったね。

④豆腐のかたまり部分を容器に入れて、しばらく冷蔵庫で固めたよ。

「おいしい！」とみんな笑顔で食べました！

ジャジャーン！
お豆腐の完成！

ついでに・・・・・

きな粉 と おからかりんとう も作っちゃいました～！

手作りきな粉！みんなで炒って、みんなで粉砕！香ばしくていい匂い☆

おからかりんとう！豆腐作りで出来たおからを活用。手作りきな粉をかけて食べたよ！

この日は、大豆祭り状態♪　年長さん、よく頑張りました！大豆が変化していく様子を体験できましたね。一番人気だったのは、豆腐より・・・きな粉（笑）。甘くておいしいですもんね～！