



給食だより

2020年3月配布

柔らかな陽射しとともに、だんだんと暖くなる時期ですね。野菜が苦手だった子どもたちも、食べられるものがずいぶん増えて大きくたくましく成長しました。また、3月はらいおん組さんのリクエストを中心とした「お別れ給食」があります。給食室でも、おいしく楽しく食べられるよう張り切って給食作りや演出に励みます。ご家庭でも楽しく話題にしていただけましたら、うれしく思います。

食の安全を守るために

農薬汚染、放射能汚染、遺伝子組み換え、魚の重金属汚染、食品添加物、肉のホルモン剤や抗生剤投与、不正表示など、昨今では食の安全を脅かす問題が山積しています。食の安全はどうやって守っていけばよいのでしょうか。

今回は、その解決策の一つとして提唱されている「地産地消」について紹介したいと思います。

地産地消

「その土地で取れた物をその土地で食べよう」という考え方

その地域で取れた物を食べることによって、

- 輸送にかかる費用
- 輸送の間に腐らない為に使用する薬品
- 輸送によって排出される温室効果ガス（二酸化炭素）



といった物事をカットする事ができます。その点、地元で取れた物なら新鮮で人間にも地球にも優しいものを食べることができるのです。全てを「地産地消」にすることは難しいですが、せつかくの地域物を、積極的に取り入れたいですね。

ナノハナを食べて 春を感じよう

ナノハナは春に出回る食材のひとつで、園でも春に登場します。ビタミン類や食物繊維が多いので、風邪予防や便秘予防に効果があります。子どもたちにはナノハナ特有の苦みが食べにくいようですが、マヨネーズで和えたり、肉といっしょに炒めたりすると食べやすくなります。黄色の花が可愛いナノハナ、目で楽しむのはもちろん、「春」の味として味わってみましょう。

給食室より

1年間ありがとうございました！

玉島保育園では、4月から野菜を植えて収穫したり、収穫したものを使って料理をしてみんなで食べてきました。りす組やこあら組など小さいクラスのお友達も、給食室を覗き込んでいた姿から、今では少し大きくなって、手を振ってお話ししてくれるようになりました。一年経って、子どもの成長に驚かされる3月です。