

食育便り

発行
大阪教育大学附属幼稚園
食育研究会
H.30年2月吉日

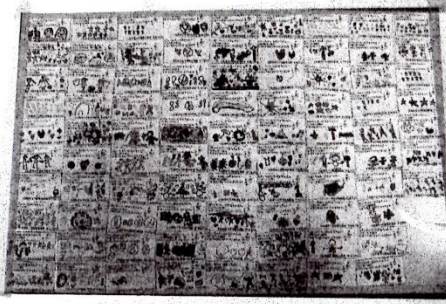
「子どもたちに安全でパ
ランスのとれた食事を」
という思いを引継ぎ、平
成26年度に「食育研究会」
が発足しました。

多くの皆さんに広く食
育に関心を持っていただ
き、食の大切さや楽しさ
と一緒に考えながら「美
味しい」という言葉のあ

ふれる給食を守り続け
たい、という思いで活動が
続いています。
本年の食育研究会は、
「つながりを深め新しいつ

なかりを築く」をテーマ
に、園の保護者による手
作りおやつを特別支援学
校のお兄さんお姉さんや
福祉会館のお年寄りの方
へ子どもたちの手によっ
て届けるという交流をし
ました。
この2つの交流の様子が
を報告いたします。

子どもたちがの
メッセージカード



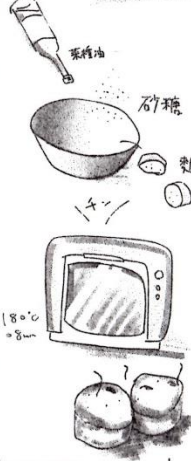
「子どもたちの笑顔」を届けよう
(12月14日)

園の保護者の方のお手伝いにより
麩のラスクをつくり、子どもたちの手によって、お年寄りの
方に届けてもらいました。



子どもたちの元気な歌声やぎんなん
のプレゼントなども喜んでもらい、た
くさんの「ありがとう」を頂きました。
焼いてもじやんけんの歌でのじやんけん
大会では、お年寄りの方と子どもたち
は真剣勝負でした。がっかりしたり、
喜んだりする子どもたちに対して、
勝っても負けてもニコニコしている、

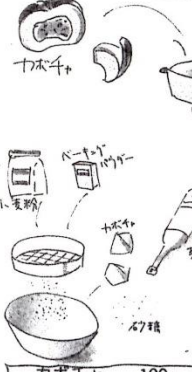
麩のラスク



1. 菜種油と砂糖を混ぜて、麩を入れてからめる。
2. オープン皿に重ならないようにならべて、180℃で8分くらい焼く。
油だけからめて焼いてから砂糖入りのきなこをまぶすと、きなこラスク！
油の代わりにバターやマーガリンでも可。溶かして使ってね。
砂糖の一部を黒糖にしたり、粉チーズや青のりにしても美味！
焦げやすいので、温度や時間を加減してください。

麩	30g
菜種油	70g
砂糖	40g

かぼちゃドーナツ

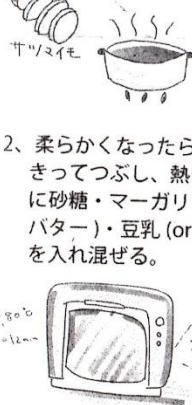


1. カボチャの皮をむいてゆでてつぶす。(蒸してもOK)
 2. 小麦粉とBPをふるっておき、材料をすべて混ぜて、耳たぶくらいの固さまでこねる。(固さは水で調整してもOK)
 3. まるめて、160℃くらいの油で揚げる。
- オープンで焼くとパンができません。
砂糖を6gだと、甘さ控えめのパンのできあがり！
(180℃10分)

カボチャ	100g
小麦粉	100g
ベーキングパウダー	3g
砂糖	30g
菜種油 (揚げ油)	15g

(約8個分)

スイートポテト



1. サツマイモの皮をむいて5～10mmくらいに輪切りして、5～10分水中にさらしてからゆでる。
2. 柔らかくなったら湯をきってつぶし、熱いうちに砂糖・マーガリン (or バター)・豆乳 (or 牛乳) を入れ混ぜる。
3. 型に入れて、180℃のオーブンで12分くらい焼く。

サツマイモ	200g
砂糖	10g
マーガリン	10g
豆乳	15g

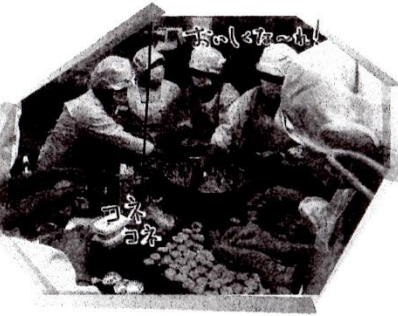
(6号カップ5個分)



「ありがとう」を届けよう
(11月20日)

園の保護者の方のお手伝いによりスイートポテトとかぼちゃドーナツをつくってもらいました。

「サツマイモの苗つけを教えてください」といっしょにできて楽しかった「サツマイモのお世話をしてくれてありがとう」・・・子どもたちのたくさん「ありがとう」を手作りおやつにこめて、特別支援学校のお兄さんお姉さんに届けました。



「ありがとう」を届けよう
in 特別支援学校

予期せぬ雨のため、幼稚園に帰ることができず、特別支援学校で子どもたちは保護者のお迎えを待つことになりましたが、特別支援学校の先生方のご好意で、あたたかいお部屋を用意して下さったり、絵本を貸して下さったりと心温まる対応をして頂きました。やさしさに触れながら、また一層つながりを深めることができたような気がします。



子どもたちの笑顔を届けよう!!
in 特別支援学校

お年寄りの方のやさしい笑顔が心に残っています。子どもたちのいろいろな思いを届けることによって、優しい言葉、あたたかい笑顔がいつばいかえつてくる、そんな素敵な交流でした。また修了日の保護者の方にも参加いただき、ありがとうございました。

