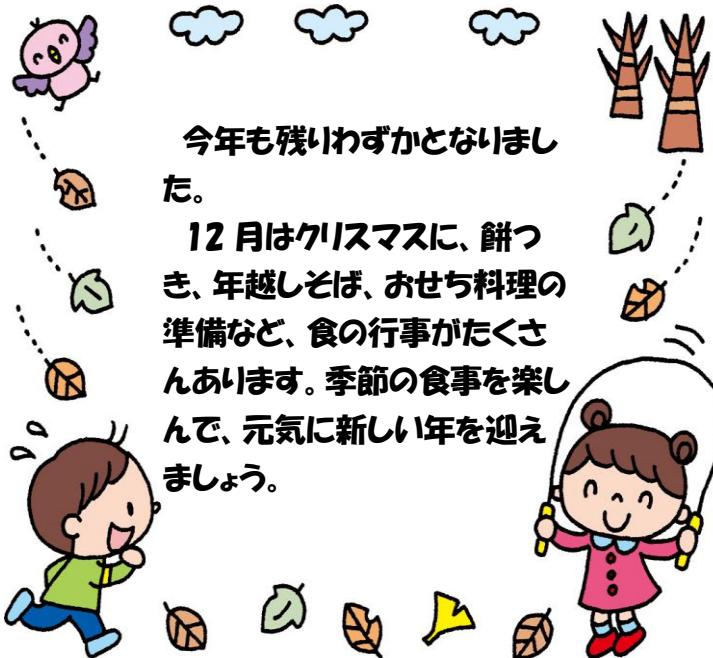


# もいもい News

## 12月

黒木保育園 R1・12・10



今年も残りわずかとなりました。

12月はクリスマスに、餅つき、年越しそば、おせち料理の準備など、食の行事がたくさんあります。季節の食事を楽しんで、元気に新しい年を迎いましょう。

### 冬至の食べ物

・1年のうちに、日の出から日没までが最も短いのが「冬至」です。冬至には「ん」がつくものを食べると「運」が呼び込めると言われています。「だいにん」「にんじん」「れんこん」「うどん」「かぼちゃ(南瓜※なんきん)」を食べて縁起を担ぎましょう。



・「冬至がゆ」も、よく知られています。冬至がゆは小豆を入れた「おかゆ」のことです。小豆のような「赤い食べ物」が邪気を払うと考えられているので、冬至に食べて厄除けをするそうです。今年の冬至はぜひ「冬至がゆ」を食べて、暖かく過ごしてみてはいかがでしょうか？



### 今月のねらい

#### つぼみ組

- 1日の流れに見通しが持てるように「ごちそう様をしたから口を拭こうね」「エプロン片づけようね」など言葉で都度、伝えていく。
- よく噛む事を伝えて早食いや丸飲みにならないようにする。

#### うめ組

- スプーン、フォークを正しく持てるように声掛け、援助する。
- 苦手な食べ物がある子には保育者や友達が美味しいように食べる姿を見せる事で食べてみたい意欲を引き出せるようにする。

#### たんぽぽ組

- 良い姿勢で食べることの大切さを伝え姿勢が崩れてしまう子には、その都度、声掛けを行ったりする。
- 餅に触れ、一緒に丸める事で、餅の作られ方や感触を知る。

#### もも・きく・さくら組

- 年末年始の行事や習慣について絵本や図鑑などで紹介し関心を持たせる。
- 生長を楽しみにしながら、水やりなどの世話をする。

### クリスマスケーキ

日本ではクリスマスに「クリスマスケーキ」として「チョコレートケーキ」「ショートケーキ」等のフルーツ等がのった華やかなケーキを食べますが、本場のヨーロッパでは「フッショド/エル」「シュトーレン」等のシンプルなお菓子をクリスマスに食べる事が多いんです。同じクリスマスなのに食べるものが違うなんて面白いですね。

