



給食だより

令和4年 5月 2日
認定こども園 深江幼稚園
給食室



新年度がスタートして一か月が経ちました。最初はお部屋や靴箱に戸惑っていましたが、今ではスムーズに登園して来るようになりました。給食では、ベビーチェアからお友達と一緒に机で食べるようになったり、自分のお弁当箱でご飯を食べるようになったりなど、こども達にとっての大きな変化を見守り、導いていけるようになりたいと思っています。連休中は感染や怪我に気を付けてお過ごしください。

食物アレルギーについて

日本では乳幼児の5~10%に食物アレルギーがあるといえます。3歳時点で何らかの食べ物を除去しているこどもも約10%いるとの報告もあります。

アレルギーと言われて食物を除去している人には3つのタイプがあります

- ①確固たる根拠に基づかずに除去している人
- ②症状は出るのだけれども、少しは食べられる人
- ③ほんの少しの量も食べる事が難しい人



赤ちゃんの頃に発症した食物アレルギーは小学校に入る頃までには約80%は自然に治っていきます。なので今、行っている除去は本当に必要なことなのかきちんと診断する事が大切です。小さい時に血液検査でアレルギーがあると言われたことがあるから、初めて食べさせるのが怖いから、ちょっと口の周りが赤くなった事があるからなどの理由で食べさせる事を避けている人は「実は食べられる人」かも知れません。まずは正しい診断を受ける為に、実際に原因と疑われる食物を食べてみる「食物経口負荷試験」を専門の病院で受ける事をお勧めします。結果、除去しなくてよかったり、食べられる範囲がわかると、生活がガラッと変わります。園でも食べられる食材が増え、皆と同じ給食やおやつを食べる事が出来た時、笑顔いっぱい「美味しかった!」と言ってくれる子もいます。家族の負担も軽減されます。

園では「食べられる範囲=制限」のある子に関してはご家庭で出来るだけその量を食べられるように完全除去を行っています。範囲が増えていく場合はご家庭と園で連携し対応していきます。

各クラスの給食風景

ひよこ・つばみ組・・・「まんま!んま!」と喜んで迎えてくれます♪残食もほとんどなく良く食べてくれます。

こりす組・・・給食中、席を離れることもなく食べています。ランチ皿などの食器にも慣れてきました。

少し残食が多い日もありますが、これからですね。

りす組・・・ご家庭からのお弁当箱や箸やスプーンのセットを嬉しそうに見せてくれます。こりす組の時は100gの

のご飯を残さず食べていましたが、りす組になって残す子が増えています。食べきれない子には少なめで構いません。徐々に増やしてください。目安は110gです。麺の日も少なめで大丈夫です。

うさぎ組・・・配膳中におしゃべりが多いです。「お口チャック、手はお膝」と言われてもなかなか静かに出来ません

誰かが話し出すとワツとおしゃべりが始まります。最初だけ残食がありましたが、今はほとんど完食です。さすが!

6月はきりん組さんのクッキングがです



きりん組



で時計



ながら、4月28日にきりん組さんの10人とハウスに茄子・ピーマン・ミニトマトの苗を植えました。「大きくな~れ!美味しくな~れ!」と思いを込めて育てた野菜は6月後半にきりん組さん皆と一緒に収穫し、クラスクッキングで美味しいおやつとして食べる予定です。