



入園、進級して1ヵ月が過ぎました。新緑の中で元気に遊び、みんなで一緒に給食を味わい、少しずつ新しい環境に慣れてきた子どもたち。疲れもでやすくなる時季でもあります。ゴールデンウィークなどもあり生活リズムも乱れやすくなりますが、早寝早起きを心掛け生活リズムを整えたいですね😊

### ちまきと柏餅

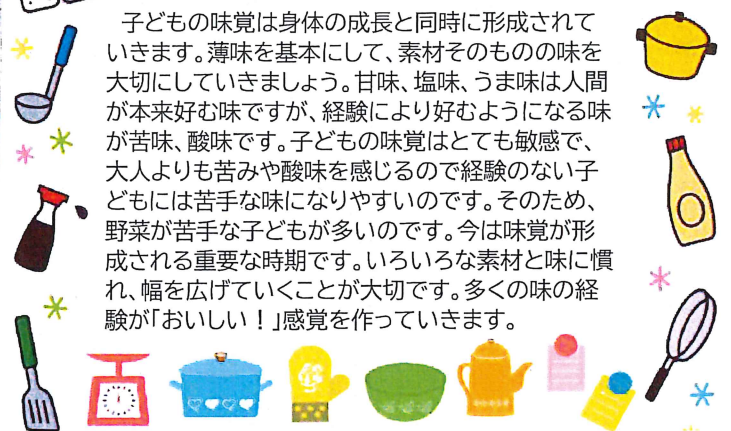
5月5日は子どもの日で「端午の節句」。もともと中国から伝わった五節句の一つで、ちまきや柏餅を食べます。ちまきは中国の聖人「屈原」の忌日が5月5日にあたり、とむらうためにお米を笹で巻いて蒸したものを供えたのが始まりといわれています。柏は、新芽が出るまで葉が落ちないことから、後継者が絶えない縁起の良い木であり、また葉の強い香りが邪気を払うとされ、餅を柏の葉に巻いて食べる風習が生まれたといわれているそうです。

保育園では5月1日のおやつにかしわ餅が出ます！  
3.4.5オさんお楽しみに★



### どうやって味覚は作られる？

子どもの味覚は身体の成長と同時に形成されていきます。薄味を基本にして、素材そのものの味を大切にしていきましょう。甘味、塩味、うま味は人間が本来好む味ですが、経験により好むようになる味が苦味、酸味です。子どもの味覚はとても敏感で、大人よりも苦みや酸味を感じるので経験のない子どもには苦手な味になりやすいのです。そのため、野菜が苦手な子どもが多いのです。今は味覚が形成される重要な時期です。いろいろな素材と味に慣れ、幅を広げていくことが大切です。多くの味の経験が「おいしい！」感覚を作っていきます。

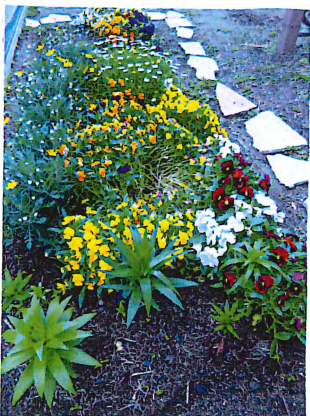
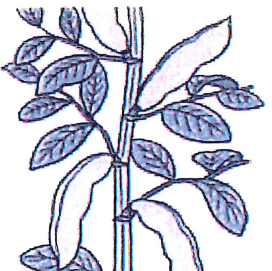


### 今が旬！ そらまめ

そらまめは、若いさやを取離し、まめが未熟なうちに食べる野菜です。旬は5月から6月頃です。さやの中には、大豆種は2〜3粒、小豆種は4〜7粒入っています。品種によっても異なりますが、元だまめとくらべると、粒のサイズは大さめのまめです。

#### そらまめの名前の由来

そらまめの名前の由来は、いくつかあります。若いさやが空に向かって伸びるようすから「空豆」、蚕の形に似ているから「蚕豆」などと書きます。そらまめのさやが、若いうちは空に向かって立ちますが、成熟して大きく太くなると、さやが下に向かって垂れ下がります。この姿が吸塵に通じています。

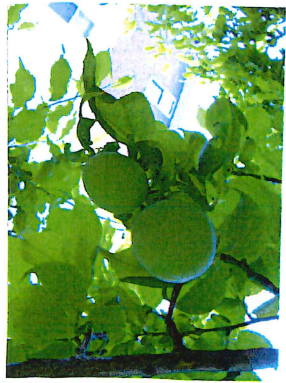


↑ みかんの花のつぼみ



↳ さくらんぼ実のりますように

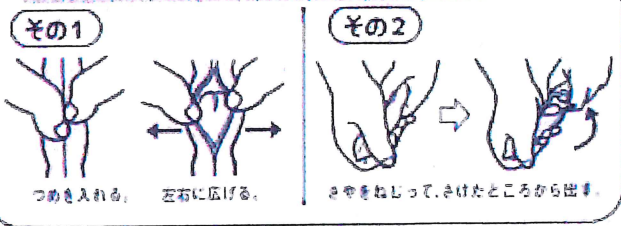
左下のグリーンの葉っぱは「ゆり」です



↓ 今年も立派な梅りん



#### 子どもと一緒に、さやむきをしましょう



5月13(木)・27(水)のおやつにそら豆が出ます！さやむきお手伝いして下さいね★