



# きゅうしょくだより



令和7年2月1日  
くろかわのぞみ保育園  
No.155

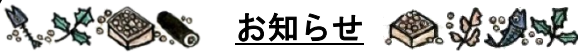
日中はだんだんと温かくなってきましたが、朝晩はまだ寒い日が続いています。季節を分けるという意味の節分は、季節の変わり目で体調を崩しやすくなります。温かいものや、栄養バランスの良い食事で、寒さを乗り切りましょう。

先月はそら組で豚汁作りのクッキングを行いました。今月は節分につき・そら組で恵方巻きを作ります。

## 旬の食材

### のらぼう菜

川崎市の伝統野菜で、多摩区や麻生区で多く生産されています。甘みのある柔らかい食感が特徴。くせが少なく食べやすい野菜です。



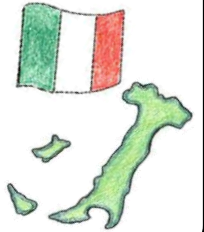
## お知らせ

節分にちなんで2月3日には鬼のキーマカレーを、14日のバレンタインデーの二色サンドにはココアクリームを取り入れました。



## 献立の紹介

- 鬼まんじゅう (新献立)  
鬼まんじゅうは愛知県の郷土料理です。角切りにしたさつまいもの角がゴツゴツ見える様が、鬼のツノや金棒のように見えることからこの名前がつけました。
- ゼッポリーニ (新献立)  
ゼッポリーニはイタリア・ナポリ地方の名物で、ピザ生地に海苔などの海藻を入れた揚げパンです。保育園でもピザ生地を手作りし、青のりをたっぷり混ぜ込みました。



## 安全に食べるために

保育園で誤えん・窒息事故を予防するために、保育園で配慮しているポイントを紹介します。

子どもの年齢や・月齢によらず、普段食べている食材が窒息の可能性があることを認識して、食事の介助や見守りをするとよいでしょう。

### 食事の介助をする際に注意すべきポイント

- ゆっくり落ち着いて食べることができるよう子どもの意志に合ったタイミングで与える。
- 子どもの口に合った量で与える。  
(一回で多くの量を詰めすぎない)
- 食べ物を飲み込んだことを確認する。  
(口の中に残っていないか注意する)
- 汁物などの水分を適切に与える。
- 食事の提供中に驚かせない。
- 食事中に眠くなっていないか注意する。
- 正しく座っているか注意する。

「教育・保育施設等における事故防止及び事故発生時の対応のためのガイドライン」(子ども家庭庁)より抜粋



### 誤えん・窒息事故防止のための注意ポイント

- 食べているときは、姿勢を良くし、食べることに集中させましょう。物を口に入れたままで、走ったり、笑ったり、泣いたり、声を出したりすると、誤って吸引し、誤えん・窒息するリスクがあります。

「食品による子どもの窒息・誤嚥(ごえん)事故に注意!—気管支炎や肺炎を起こすおそれも、硬い豆やナッツ類等は5歳以下の子どもには食べさせないで—」(消費者庁)より抜粋

### 【正しい姿勢の目安】



足の裏が床にしっかり着くようにすると、腰が安定して姿勢が保ちやすくなります。