

園内ちょこっと探検記 6

2022.2.4

「食育」って何のこと？

認定こども園かがやきには「調理室」があって、おいしいお昼やおやつを作ってくれて、いつもきれいなお姉さんたちが忙しくしている。そして、彼女たちは「食育」という謎の行動もしているんだ。



聞いてみた。「食育って何？」

それは、『生きる上で、いっと大事なこと。学んだり、スポーツしたり、心が豊かに実るときの大もとになるもの。』って言われた。

なるほど、体がまず準備万端じゃないと何かしようとしてもうまくいかんぞということか。だから、調理室の前のホワイトボードはこれなんだ。



それから、こんなことも言った。

『一度身に付いた食生活や考え方は、大きくなってから直そうとしても難しいんだよ。』

だから調理室のお姉さんたちは、食事のときとかに来てくれて、子供たちの体に大切な食べ物の話をしてくれるんだ。最初見たときは、何しに来たんだろうって思っちゃった。ごめんね。

よおし。体にいい、おいしモノ食べなくっちゃ！ それにはこれ。



その季節に一番おいしいものを、イタダキマス！ってことだよ。

今晚何にしようか？ タラ鍋好きなんだけど。

今何が一番おいしいのか、わからなくなったら、調理室の窓へ行って聞いてみよう。だって、「のぞいてみてね」って、壁に書いてあるよ。



調理室の皆さん、お昼やおやつを作るだけでも大変なのに、食育にまで気を配ってくれて本当にありがとう。感謝です。

By ぢいち