



# Gen-Kids

H28.9.1 No.5  
さくらぎごいばん  
食の委員会

9月に入り、夜風は少し涼しくなってきましたように感じますね。  
この夏、気温が上がったり、下がったりで気温差が大きい、夏の疲れが  
出てきて体調を崩しかついです。そのな時こそ美味しい秋の味覚を味  
わい、体力をつけ、元気に過ごしましょう。

## 十五夜ってなあに？

（ぜんきはーとちゃん）  
もうすぐ十五夜だね  
十五夜ってどんな日か  
してる？

ん〜...  
お団子ごを  
食べる日かな？

十五夜は1年の中で一番  
キレイなお月様が  
見える日!!  
秋はたくさん  
の食べ物があり  
収穫できる  
季節だからお月様にお礼するんだよ。

？ ？ どうしてお月様にお礼するの？

お月様にお団子とお月見して  
ススキをかきまわすよ。お月様の力  
で、お米や野菜が育てられるから  
感謝の気持ちを持ちまわして、お団子  
とお月見をするんだよ。ススキは  
お月様にきてお月見をしてくれるよ。  
悪いことかおこらぬように  
かかるといって!!

そうなんですか!! 私もお月様に  
いつもありかたうって気持ちで  
お月見をするよ。

うん、あと、お月見物はお月見  
した後に健康で幸せに過ごせます  
ように、大切に食べようね!

## 食の委員としての活動紹介

全クラスで行いたいと思っています。  
×ニユー... 『手作りピザ』  
クラスごとに役割分担をし、皆でピザの料理  
を作って美味しく食し、食育に繋がっていかうと  
思います。ピザ生地から作り、見て、体験して、  
異年齢交流もしながら進めていかうと考えて  
います。9月中旬に行う予定です。お楽しみに!!

さくらぎごいばんのHPの食育ページにはGen-Kidsを  
掲載しています。ご気軽にご覧下さい。

しるべみ グループ  
園で収穫した夏野菜を使ってグループをします!!  
×ニユー：なすとまチーヌ焼き  
(レシピは下記に載せました)

日時：9月2日(金) 9:30～  
持ち物：エプロン、三角巾  
後日、グループの様子を掲載、報告します!!

### 今日のレシピ：なすとまチーヌ焼き 3人分

- ＜材料＞  
・なす 2本  
・トマト 1コ  
・玉ねぎ 1/2玉  
・ニンニク 1～2かけ  
・ウインナー 100g  
・オリーブ油 大1  
・いちみつ 大2  
・コンソメ 大1弱  
・ピザ用チーズ 80～100g
- ＜作り方＞  
① なす、トマト、ウインナーを1cm角程度に  
切る。  
② フライパンにオリーブ油を入れ、刻んだ  
ニンニク、玉ねぎを炒める。  
③ その上ウインナー、なす、トマトの順に  
入れる。  
④ ハチミツとコンソメを入れ、トマトの水分  
を飛ばすように炒める。  
⑤ ある程度水分が飛んだら、コンソメ  
⑥ その上にピザ用チーズを乗せチーズ  
がこんがり焼けるまでトースターで  
焼いたら完成!!