



「楽しい経験のなかに
たくさんの学びがありました」



食欲の秋

・体を動かし沢山遊ぶ
楽しい経験が食欲を導く

- ・自分で育てた野菜
- ・自分で作った料理
- ・家族が作った料理
- ・家族がおいしく食べる姿

9月4日ピザづくり ばら組



ピーマンの種とり



ピザ生地を触ってみたよ！
ふわふわだね！



おもいおもいに
トッピング！



出来上がったピザは
最高においしかったです！

9月19日 ひまわり組



大豆・青豆の枝豆の収穫



黒豆、茶豆の収穫 大豆・青豆も同じ日に植えたのにまだ枝豆。
黒豆・茶豆はもう豆になってる！ 早い収穫でした！
黒豆は緑→紫→黒に順番に変化し黒豆になることを知りました！



さやから外した
黒豆、茶豆

春にひまわりさんが植えたかぼちゃの種から かぼちゃ3個 収穫できました！
かぼちゃで何の料理つくる？「かぼちゃパイ」みんな即答でした！

毎月28日は

いわて減塩・適塩の日

毎月28日は「いわて減塩・適塩の日」塩分摂りすぎませんか？
食生活をふいかえてみましょう！

岩手県は脳血管疾患で亡くなる人が多く、全国で男女ともワースト1位！さらに一関の男性は岩手県でもワースト1位だそうです。特に高血圧との関係が大きいそうです！小さい頃からの食習慣が大事です。



A little salt (少しの塩)

岩手県脳卒中予防県民会議
岩手県