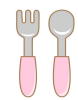


お子さまと楽しむ クッキング



ちんすこうの「ちん」は“珍しい”や“高価”という意味があり、「すこう」は“お菓子”という意味があります。沖縄県の代表的なお菓子のひとつです。

「ちんすこう」

【材料】大人4人分（8～10個分）

小麦粉	90g
砂糖	60g
ラード	45g

【作り方】

- ① 小麦粉はふるっておきます。
- ② ボウルに砂糖とラードを入れてよく練り合わせます。
- ③ ②に①を加え、さらに混ぜます。
- ④ ③を好きな形に成形し、天板に並べます。
- ⑤ 170℃に予熱したオーブンで15分焼きます。

※焼き立てですと形が崩れやすいので、粗熱がとれてからお召し上がりください。

★砂糖を黒糖に代えたり、紫芋パウダーを加えたりすると、いろいろな味のちんすこうが楽しめます。

保育園は身近な子育てのパートナーです。
いつでもお気軽にお尋ねください。
健やかな子は、敬愛学園 HP でもご覧になれます。

Keiai

けいあいがくえん

健やかな子

5つの子ども像

保育園では、楽しく食べる子どもに成長していくことを期待しつつ、次にかかげる5つの子ども像の実現を目指して食育活動を行っています。

- ① お腹がすくリズムのもてる子ども
- ② 食べたいもの、好きなものが増える子ども
- ③ 一緒に食べたい人がいる子ども
- ④ 食事づくり、準備にかかわる子ども
- ⑤ 食べ物を話題にする子ども

敬愛学園

URL : <http://www.keiaigakuen.com>

敬愛保育園	TEL042-663-4017
敬愛高倉保育園	TEL042-645-6057
敬愛フレンド保育園	TEL042-678-2921
敬愛たかお保育園	TEL042-667-1077
敬愛きたの保育園	TEL042-646-1631
多摩境敬愛保育園	TEL042-775-1470
敬愛桃の実保育園	TEL042-770-1113
みなみ野敬愛保育園	TEL042-637-5265
敬愛ハーモニー保育園	TEL042-646-5060
敬愛クレヨン保育園	TEL042-669-0161
敬愛シンフォニー保育園	TEL042-669-5501

食事編
令和3年度
4号



郷土料理を
「伝える」
大切さとは？

温かい地域と
寒い地域の
料理の違い

郷土料理の
紹介

Social Welfare Corporation
Keiai Gakuen



郷土料理を「伝える」大切さとは？

郷土料理は、その地域の産物を使い、独自の料理法で作り食べ継がれてきました。しかし、現在では食生活の変化により、郷土料理の食文化が失われつつあります。

保育園では日本の郷土料理の取り組み献立を行っており、その土地の特徴や特産物、歴史などのお話を伝え、食への興味関心を育んでいます。地方に行った時には、ぜひ郷土料理を食べてみてください。



温かい地域と寒い地域の料理の違い

温かい地域は、夏の蒸し暑さが厳しいため、食欲が落ちます。このような地域では、冷たい料理や、さっぱりした料理、のど越しのよい郷土料理が食べられてきました。

一方、寒い地域では、冬の寒さが厳しいので、鍋物や汁物など、体が温まる郷土料理が豊富にあります。また、冬が長く、食材が不足してしまうため、漬物や干物を作って、料理に利用することが多いです。



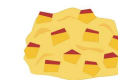
郷土料理の紹介



北海道→石狩鍋・・・石狩町から生まれた、鮭をぶつ切りにして煮込んだ、味噌味の鍋料理です。漁師が大漁を祝う際、ご褒美として食べています。



愛知県→鬼まんじゅう・・・さつまいもと小麦粉で作ったまんじゅうです。角切りにしたさつま芋の角が、鬼の角に見えることから、その名前がつけました。



福岡県→がめ煮・・・博多の方言で「がめくりこむ」（寄せ集める）が由来です。筑前煮とよく似ていますが、がめ煮は骨付きの鶏肉を使います。



次回、令和3年度5号は12月中旬発行予定です。