

第2弾！ゆい組さんが育てたお米を精米して食べたよ！



棒をグサグサと優しく動かしてお米がつぶれないように気をつけながら、「ぬか層」と呼ばれる玄米の茶色皮を取ったよ！

玄米のぬか層にはビタミン、ミネラル類、食物繊維、γ-オリザノールなど栄養たっぷり☆

先日、脱穀したお米を今回は、ピンと棒を使って精米体験しました！「1日3時間1週間グサグサと棒を動かしても売っているような白米にはならない」と言われているくらい精米作業は難しく、時間がかかる作業でした。なかなか白米にはなりませんでしたが、昔ながらの方法で力を合わせて一生懸命体験したことが子どもたちにとって良い経験になったと思います。

給食の時間には自分たちで作ったお米を混ぜたごはんでおにぎりを作って食べました！ワクワクとした表情で炊きあがったご飯を見つめ、真剣なまなざしでおにぎりを握り、嬉しそうに頬張る子どもたちでした！ゆい組さんだけの特別な体験になり、保育所生活の良い思い出になってくれているとうれしいです。



友だちと協力してグサグサと何度も何度も棒を動かしたよ



炊き立てのホカホカご飯



おかわりしたいぐらいおいしいな



実食！



ハートのかたちのおにぎりにしたいなあ

ギュッギュッと思い思いの形のスペシャルおにぎりが完成！

やわらかいからやさしくにぎろう…



みんなでつくったからとくべつおいしい！



なかなかしろくならないなあ



とってももちもちしてるよ～

