



Merry Christmas  
for You

# こむぎ通信 第37号

賛助会会報

編集・発行：麦っ子畑保育園賛助会 発行年月：2019年12月

〒252-0015 神奈川県座間市南栗原 1-4-3 Tel 046-255-7087

HP：<http://www/mugikkobatake.org/> Fax 046-244-0023

賛助会お振込先：郵便口座 00230-3-51894 麦っ子畑保育園賛助会

一口 1,000 円以上何口でも可 (振込用紙はコメントが書けます)

~~~~~

## <自然の恵みを本物のおだしで>

～園日より 10 月号より加筆、修正～

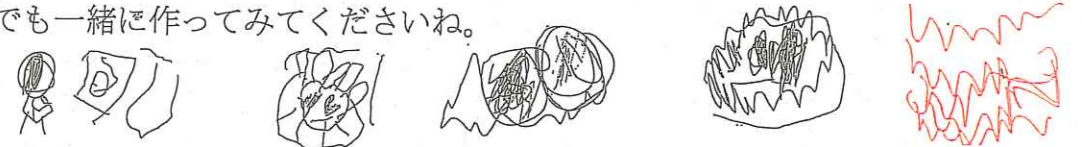
秋の訪れと共に、あちこちから季節の果物のお便りも届き始めました。毎年楽しみにしている麦っ子のザクロはもう甘くなって、朝早い子達がザクロを手に小さい子を迎えたりしています。このザクロも麦っ子が始まった頃植えた木で、今の場所に引っ越してきた時移植したものです。不思議なことに、ザクロは年々甘さを増してきました。「どうして麦っ子になる木の実って美味しいんだろうね～？」とよく言われますが、「子ども達がいる場所だからね」と答えています。サクランボやグミ、ベリー、アンズ、モモ、プルーン、ザクロなども、きっとみんなが遊んでいる様子を楽しんでいて違いありません。だからあんなに甘くて美味しくなるんですね。

ところで皆さんのおうちでは、どんなおだしを使っていますか？麦っ子の場合は基本的に昆布を使います。昆布のだしは切り口の断面からよく出るので、ハサミで細かく切って使います。自分の食器に昆布が入っていると子どもはとっても喜んで食べます。煮干しも使いますが、どちらもお野菜たっぷりのお味噌汁になります。昆布も煮干しもお野菜のエキスとすごく合うのですね。この煮干しは、時々煮干しご飯になります。玉ねぎと煮干しと塩をいれて炊きあがった煮干しご飯の美味しいこと！！こんなにお野菜たっぷりのお昼ごはんをモリモリ食べる麦っ子



…職員たけのここと寺嶋乃里子画…

の子達って、なんて幸せなんだろう～♡ と本当にうれしくなります。小さい頃から、お野菜の味もおだしの味もちゃんと覚えることはとても大事なことです。そして、お野菜にしてもおだしにしても、天然の素材であること。天然の素材には自然の恵みがたっぷりと入っていますから、私達は自然の恵みに感謝していただくことができます。「いただきます」の映画の中でも、天然の酵母が生きた麴を使ったお味噌を毎月作っている高取保育園の様子が出てきますが、麦っ子も毎年子ども達がお味噌を作っています。ロケットストーブやかまどで木を燃やしてお湯を沸かし、有機の大豆をことこと煮るところから始めているので、一日がかりの大事なお仕事です。今年は学童もお味噌を仕込みましたから、美味しいおみそ汁つくりにより力が入ることでしょう。味噌は抗酸化食品として世界のトップに位置づけられる食品ですから、家中でおみそ汁を毎日飲む習慣をつけるといいですね！今や、子ども達がおみそ汁を作っているくらいですから、ぜひ！お家でも一緒に作ってみてくださいね。



このおみそ汁に使うおだしですが、先日麦っ子に見学に見えた方からこんなお話を聞いてびっくりしました。「自分の働く保育園では某メーカーの“ほんだし”を使っています。頑張って昆布や煮干しでおだしを取ってみそ汁や煮物を作ると、もの足りない、と言われます。大人がもの足りないのだから、子どもにはしっかりした味のものを出したほうがいい、とも…」こういう話は一つ二つの保育園ではありません。すっかり添加物の味に慣れている味覚を、幼い子ども達に押し付けないでほしいと切実に思います。乳幼児だからこそ天然のおだしやオーガニックの野菜で作られた食事であってほしいし、そうしなければいけないはず。幼いころからしっかりとした食事をしていれば、成長の過程で多少違った味に走ったとしても、必ず本来の味に戻ってきます。それは、長年の麦っ子の歴史の中で、大人になった卒園生達が証明してくれていますし、映画「いただきます～みそをつくるこどもたち～」を撮った Vin 監督は、毎日お母様が作ったおみそ汁を飲んで育った経験に感謝して、美しい映像のドキュメンタリーを生み出しました。

～麦っ子でも販売している羅臼昆布や天然だしパックを作っている野中美香さんから～

おだしは血流をよくしたり、唾液の分泌を促したり、免疫の向上、抗酸化力の増加など、おだしに含まれているミネラルやビタミン、天然のアミノ酸などの働きにより、健康にとっても寄与してくれるものなので、安易にほんだしなどでおだしをひくことは、本当に残念でもったいないことだと思っています。一人



がら、製品づくりに励んでいます。

～「いただきます」の Vin 監督から～

食品のビタミンを働かせるためには、天然ミネラルが必須で、海産物とオーガニック野菜からしかミネラルは供給されません。

## 意見書

わたくしが園医を務めさせていただいております  
麦っ子畑保育園での食事に関して。

これまで長い期間にわたって野菜をメインとする和食中心の献立で提供されてこられていますが、在籍するお子さん達の栄養状態には全く問題なく、診療所見でも食事に関連すると考えられるような異常が見られたこともありません。園のこども達は健康で元気で生命力に溢れており、他の園に比べて病欠も少ないようです。

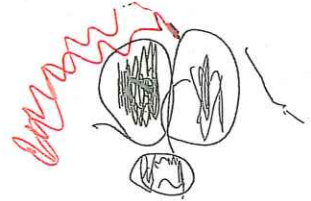
肉類や魚類や油脂などを多く食べる必要はありませんし、牛乳を飲まなくても他の食材からカルシウムや蛋白質は十分に摂ることができています。和食に牛乳は合わないうえ、日本人にとっては牛乳が体質に合わず腸の環境を悪くする場合も多いので、一律に飲ませるようなものでもありません。

今まで通りの、自然の恵みを大切に、お子さん達の健康を真剣に考えた愛情の溢れる献立で続けて頂きますようお願い致します。

令和元年 12 月 4 日

東京都世田谷区玉川台 2-2-3 矢藤第 3 ビル 1 階  
TEL 03-5797-2702

医療法人社団 豊受会 豊受クリニック  
医師 高野 弘之



認可保育園になってから何かと書類に振り回されることが多くなりましたが...

麦っ子は牛乳を飲まないし、卵やお肉も食べない和食中心の保育園なので、栄養素の数値が目標値に届かないことがあります。特にアレルギーの子どもは、油も青身の小魚も食べられないことが多いので、その分モリモリお代わりをしてお腹いっぱい～（笑）

今まで通りの献立で給食を作りたいので、この度、園医をお願いしている高野先生に意見書を書いていただきました。こんなふうな麦っ子をみていただいて幸せです。

モンちゃん先生、かっこいい！！

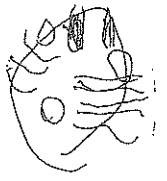
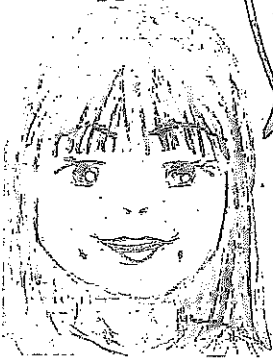
戦後まもなく作られたままの栄養学では測れない麦っ子の食事。自然の恵みに感謝していただく安心、安全と愛がぎゅっ詰まっている超美味しい食事です。

# NEW FACE

学童とくんおの  
あくちゅんと申はり。  
週一回火曜日に来て  
あります。  
今年5月下旬からあな  
をさせてのんびりして  
ます。  
日々子ども達から学  
びもあり、おかげ  
で元気にあります。

今年の8月から、麦、子の  
大人の仲間入りをした。  
"たっくん"です。41才です。  
東京の大田区から、家族4人で  
座間に引越してきました。  
麦、子の「大家族な感じ」が大好  
きです。休みの日は、目久尻(めくじり)  
川沿いを散歩してから座間  
lifeを楽しんでいます。たい  
が主には、おま、よりにお願  
いします。179.7.24

学童5年生  
いりすけ画



学童3年生 はる画



約三十年前の太陽組という若者は  
マラソンが苦手で(イヤ、大山山草山  
も苦痛したなし)練習中雲組に  
ぬかされてしまう。麦、子の伝統  
的な約束事として、雲組に負け  
た太陽組は、二月の富士山をソソ  
ベリには、行けない。あの楽しいそり  
すべり、温泉ツアーに行かれないので、  
ほうまほけ、ミツかんぼ、て走って  
た。でもどうしても雲組のなごりに  
負けてしまう。そこで一番速い、むさ  
し君かほうまのめんどうをみるこは  
なった。むさしは一番前に行たか  
と思うと来た道を戻して、うまを  
迎えに行き一踏に走り、行きつ戻りつ  
走った。こういう練習を何回もやった。  
練習中甲みんはいつもほうまのこを  
気にかけていた。ほうまが富士山に行  
かぬかたらどうしよう。マラソン、こ  
ひとりで走るとだけとひとりで走らん  
しない。しうまが大会當日どうした  
たかほ思い出せないけれど、富士山を  
りすべりは、行かれました♡

（園だお） 2014年1月号刊

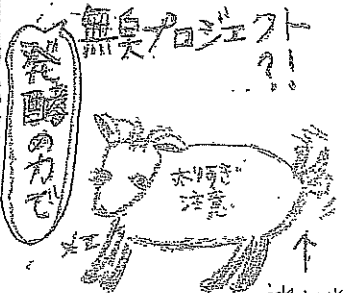
「たけのこ」の  
連載中！好評でよ！

これでも  
おまじ  
子大辞典

# 麦っ子大辞典



角が落ちて日わかん  
何日かでも日わかん  
エゴロウ小屋



「発酵の力で」  
↑  
Xエゴロウは2代目  
山羊の男の子です。  
おニッコの日記対策に  
のんちゃん、ちんちゃん、テラの  
大人達があれこれ試行錯誤  
をくり返し～夏の  
向井みほで書きたるXエタ  
の小屋一新!! (作中)  
スノコをどかして、土と腐  
葉土を敷いて、テラ達が  
甘酒を作った際の麴を混  
ぜてみることに...

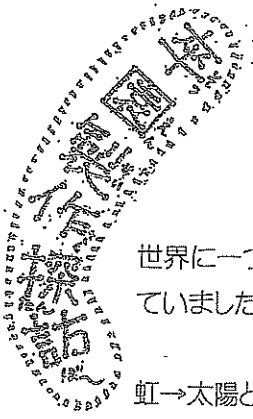
「麦っ子大辞典」  
By たけのこ  
麦っ子の方針の中に、識字という項目は  
ありません。むしろ、小学校に入るまではあ  
て字が読めなくてもよい、という考えの方  
です。長い人生の中で文字が読めない期間とい  
うのは実に短い。も才になつて学校に入  
したらいやおうなしに読み書きの勉強を教  
わるのです。大抵の子が一年生の間にひらが  
な、カタカナ、そして漢字のしくみかきも読め  
うになる決まりです。すると、字が読めない時  
期というのは最大6年間ということになって  
そのたった6年間に子どもは色々なものを  
獲得します。学校の勉強とは違つた勉強で  
す。特に絵本の世界においてはその字を返  
て読めるようになるのはほんとにゆつくりで

良いと考へます。大人に読んでもらつた  
り、自分でページをめくって絵を見つめ  
てイメージをふくらませたり、また自ら  
なりのお話を作つたり、感情移入した  
り、と、小さい子の心の中に豊かな想像  
力かきと育つていきます。ですから麦っ子では  
早くに字の勉強をすすめるようには言わないの  
です。しかし、まよふだけの影絵目や、子ど  
も自身の興味の取り方によつて自然に覚  
えてしまう場合もあります。これは仕方のな  
いことですが、「入学前に自分の名前が読  
めるよつにこそ下まじ」と学校は言ひついで  
すか、これも百歩譲つて良いとすると、あ  
も、くせくせも、おまじの持物などにならう、あ  
願ひ致します。

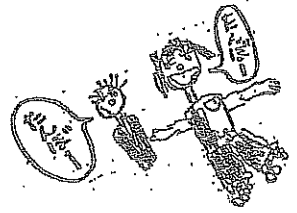
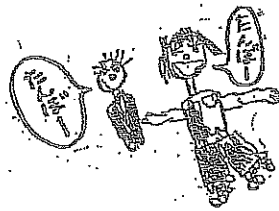
米麴・適量  
お粉  
又カ  
トリア後の3-7の粉  
2日位すると  
白い綿のゆが  
麹菌が育つ  
発酵して  
スノコ  
小屋の糠土に混ぜ合せると  
ほんと!ほんと!! 翌朝おニッコ  
の日記が全くとみかでは列ねん  
その日の午後雲ぐみん  
メギが当番に入水お粉が  
叫びました。「ミカバー来て!!」  
中に入つてみると、まるで林  
の中の落ち葉も歩いているよ  
ふくふくとした日のでいっけい  
でした







2003年度  
22期生



世界に一つだけの机と椅子を作った卒園生の担任をしていた「菜のは」です。ナッパと呼ばれていました。

虹→太陽と初めて持つ担任で、私にとって全てが新しくキラキラと輝いている日々でした。可愛い、とにかく可愛い子達と濃密に過ごした2年間でした。私の生活は全て子ども達との日々に向いていました。今、思い出してもとても楽しくてニヤニヤしてきちゃう感じです。1日の大半を一緒に過ごしているのでだんだんと家族の様に深い付き合いになっていくのですね。この関係はもう仕事を超えていました。何かの時にチノが「ナッパは何の仕事しているの？いつしているの？」と突然に聞いてきた事があったんだけど、ハッとしました。あれ？私、何の仕事してたんだっけ？と。家族みたいな兄弟姉妹のような感覚だった気がします。

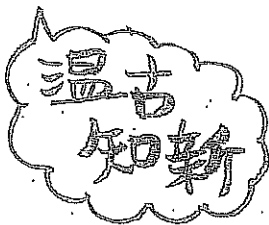
そんな2年の集大成の卒園制作。何にしようか子ども達と考えました。

ちょうどウエストサイドパークが新しく広くなる時でした。「そこに机と椅子を作ってみみんなで座ったりご飯食べたり出来るようにしたい。」という子どもからの提案で『世界に一つだけの机と椅子』になりました。机と椅子には子ども達ひとりひとりの顔を描くことにしました。子ども達と部屋にこもり、自分達の顔を鏡でよく見て下絵から描いていきました。そしてペンキで細かく丁寧に塗っていきました。なんと可愛い顔達が並びました。親御さんが土台を作ってくれました。笑いあり感動ありでやっと完成した『世界に一つだけの机と椅子』。

今はもう壊れてしまったりして残ってないと聞きましたが、形として残ってなくてもみんなの心にはきつとしっかりと残っていると思います。

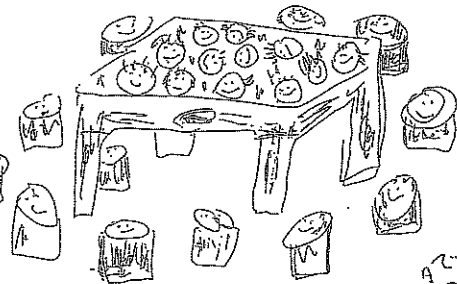
麦っ子での思い出は全て私の宝物で、今でも光を放っています。こんな経験をくれた子ども達、おとな達、みこべ、のんちゃん、麦っ子に感謝を込めて…。

ナッパ こと高宮菜のは (大竹菜のは)



ナッパと2人で、  
いろい子からかいて  
みこべに暖かいお話を  
又々に大笑いしました。

③ このときの虹のオトナの  
もとひす。この年、X'mas会で  
「世界に一つだけの机と椅子」  
で、歌ったことから、  
この机と椅子がこの名前に  
なったんです。ナッパに言ったら  
「あ〜！ そうだった〜 うたったね〜。」だって。



22期生の皆さま 卒業おめでとう  
ごめんねー！



# ある日のおたより

風と雪と... 給食のおみそ汁作っちゃった!! 2019. 休  
7.18 曜

このまの日曜日。イネポーととも高座渋谷の小ホールで  
行なわれたイベントに参加。書棚スペース、お客さん選り書子の  
録音やご飯についてのお話をしたり、日史画を見たり、講演を  
耳聴したりしてきました。その日の講師は名も知らない矢印でいる  
「かつこちゃん」と、「弁当の日」を企画している竹下和男先生でした。  
竹下先生のお話の中で、「はなちゃんのおみそ汁」のお話や、「料理た  
い」「おしゃべり手つたたい」「家事を手つたたい」という気持ちほむほむ  
か「大人になりたい」と言っているのを見て、人を信頼し、人が喜ぶこと  
「利他」の喜びを育むことにつながる、という話や、家事労働を（親の  
都合で）免除して、おしゃべり免除強ししくへと馬鹿にしたり、それだけ  
やってあげればいいのよ、という育て方か、うまくいっている大人のお話とか、  
いろいろな今の大人社会の問題とつながっているのでは、という話、  
そして「喜ぶのはおみそ汁 一人で作れる人手をあげて」に「今は小学生で  
1%、中学生で1%、高校生で1%なんですよ。という話など耳聞き  
ながら「風雪と...おみそ汁作るせむらあうま! できたら毎月!!」なんて  
話してて(いね、給食に筆談☺)さう、今週ひめちゃんに本言葉し  
きのうお買物に行ってきた。先生の「弁当の日」は  
食材の買出し、南大直。〜片のりまで、親は手を出してほ  
いけなくて、子どもだけで作る学校交遊に持っていく日なのですか。  
これを書子の学童もがんばる前からやっています。

\*興味のあつた書子に本あり。 「おみそ汁と弁当の日」

はじめは1品だけだった。ランチ! ばかりの人をいたか毛  
しれないけれど、だんだん「自分で」の喜びを矢印でいく  
ようです。その日は学童にのどきに行きかき、楽しみな大人  
たちです。学童たちは夕方、おやつに、おいしいおみそ汁を自分  
たちで作っていて、みんなにも配りに来てくれます。これが  
とてもおいしい。大人、みんなの「おいしい☺」にとりも  
うれしうな。ほらしげな産物です。

今日の風雪、雪みか自分のハタキで出しコンブを切る間  
に風みか、キャベツをちぎる。大なべで出し汁をとる間  
に雪みか、長ねぎを切丁で切る。マグウにも手伝ってら  
て、切丁2本まな板2枚を、毛との取りと2列で切っていました。  
ツルツルツルツルしたり、指かすしたりなかなかおもしろい  
やうな話。その間に風みか、なべにキャベツを投入。  
しめじも糸菌か、ほくろく入れて入れました。そしてネギを入れ  
くっく。塩と油アリの大豆みか、油ナシは七五三みか  
と入れておきか。油ナシはカントトシで、切ってくれまし  
た。最後で、おきかよーく見えた人たちは、おきかできちや  
つとね。できあがり!! 自分たちもうれしくよく食べたけど、  
千比(特に空み)が「おいー☺」っておかわりたくさん  
食べてくれた。千比たちも「おいー!! ありがとー。」と  
言ってくれて、大人達にも「うーんおいしい☺」と言われ、  
お料理する楽しみが増えた。自分たちが作ったものを他の  
人が喜んでくれるうれしさを、感じたことだろう。だって  
言われると、テレーとココロ(笑) だったもの。また作りかね。

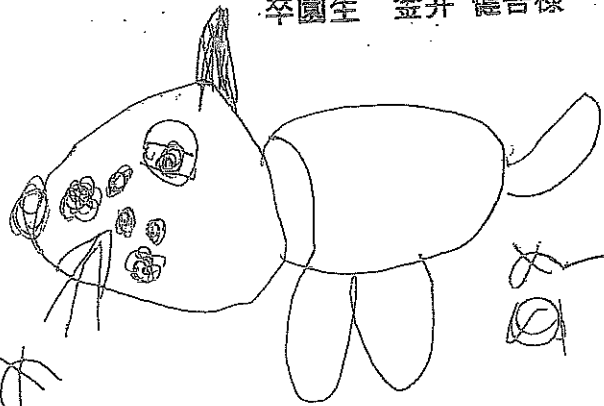
# 賛助会員の

## 皆様からのメッセージ



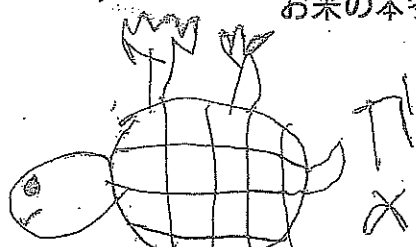
お世話になりました。  
益々のご発展をお祈りしています。

卒園生 金井 健吾様



これからも、みんなが笑顔になるよう、  
安心安全なお米をお届けしますね。

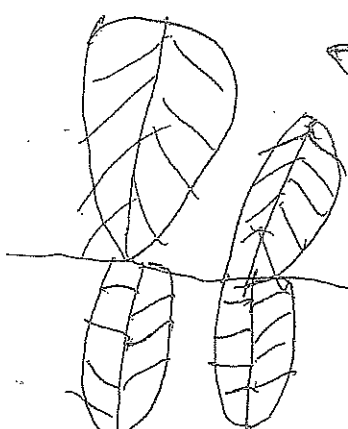
麦っ子でいただいている  
お米の本多さん



ルジちゃん、アンちゃん  
いつまでも元気でネ！  
犬友 清水 洋子様

保育園通信は、子ども達を中心に園と保護者が一体となり、  
運営されている様子が心が和みます。  
春風をいただいた記念に、これから毎年6月に賛助金を送ると決めました。  
初心を忘れない為に。

ロゴス腹話術協会 春風 福笑様

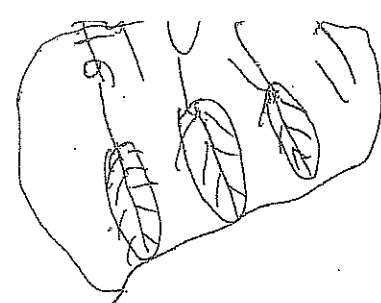


ラウキカさん経由でのんちゃんに誠にお世話になりました。  
ありがとうございました。

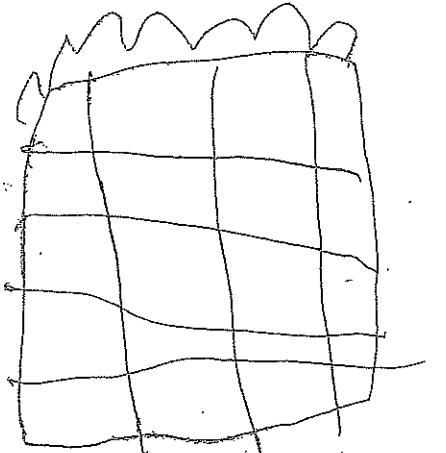
土井上 加代子様



あーあー

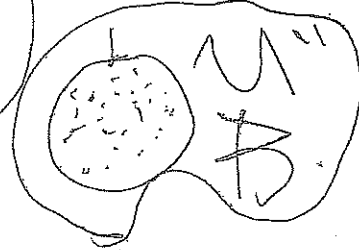


めーたん



不登校、いじめ、うつ病、糖尿病、ガン、痴呆...  
その症状は、食事にも原因があります。  
すでにある長い食習慣を変えるのは大変ですが、  
迷ったときは意志の力で遠くを見つめて下さい。

麦っ子のファン 県央給食 笹本様

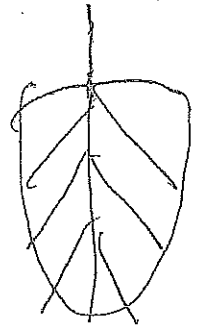


7月園だより ありがとうございます。  
はんぱないよね~

みこべの友達 井上 和美様

みこべ先生 お会いできてとっても嬉しかったです！  
またいろいろなお話かせてくださいね。先生大好き~♡

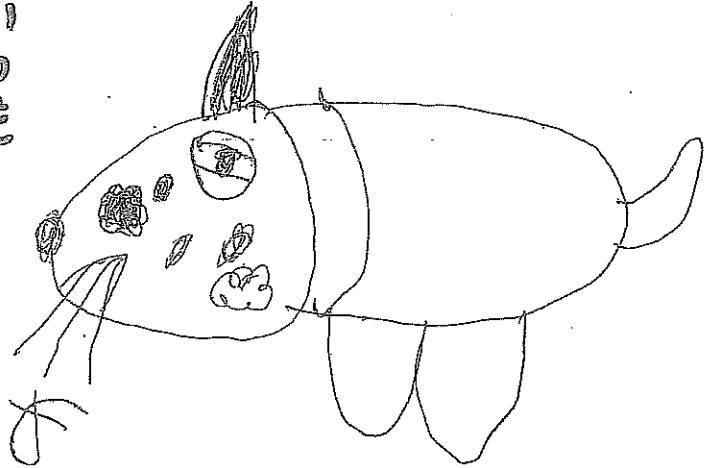
大鹿 和恵様 (上映会を観た方)



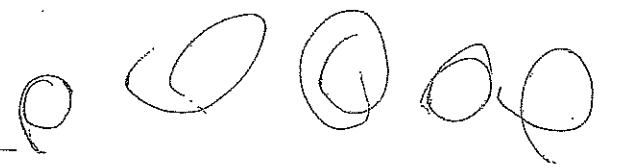
お名前だけご紹介

- 神奈川県 大矢 美沙子様
- 静岡県 鈴木 悦子様
- 北海道 山田 志穂様
- 北海道 長谷川 洋様
- 神奈川県 渡辺 ひかり様
- 静岡県 山本 恒夫様
- 神奈川県 岡崎 利行様
- 北海道 高橋 久美子様
- 東京都 山田 健様

いつも  
応援ありがとうございます。



抱きけい





いつも賛助会をご支援くださりありがとうございます。

麦っ子畑保育園賛助会は2000年8月、園児達がよりよい環境で生活できるよう、少ない助成金では何ともしがたい施設や設備を充実させる為に、皆さまからのご支援を仰ぎたく発足しました。おかげさまで2017年7月より認可保育園としてスタートし3年目の師走を迎えようとしています。ご支援していただいている皆さまに、心から感謝申し上げます。お振り込みいただいた賛助会費は、園建設にかかった費用の補填として使わせていただいております。引き続きどうぞよろしくお願いいたします。

2019年7月～2019年12月迄に集まった賛助会費は

**163,000円** でした。ありがとうございました。

\*賛助会費は1口1,000円以上から受付けております。  
皆さまのご支援・ご協力をお願いいたします。

\* \* \* 編集後記 \* \* \*

もし、麦っ子に会っていなかったら自分の生活は全く違うものになっていたと思う。

長男の身長が身長曲線から大きく下回っていることを気にして、治療を受けようとしていた時に、本気で反対してもらい、考え直した。背の大きさなんて関係なくこの子はいいものを持っていると思えるようになった。

マイペースすぎて心配していた長男に小さい子に優しくし、可愛がってあげることができるという良いところを見つけてあげられた。

子供達に安心できる居場所ができた。  
化学調味料などを使わず、体にいい食事を心がけられるようになった。  
大勢いる場で交友を広げていくことが苦手な私に、気軽に話せるお母ちゃん仲間がたくさんできた。

子育てに悩んだとき信頼して相談できる場所がある。  
私が大腸癌を患い手術した後、鍼灸をしたり食事に気を付けることで元気に過ごせている。

あげればキリがないくらい麦っ子と出会えたからだなと思う事がいっぱいある。  
この出会いに感謝すると共に、麦っ子が麦っ子らしく居続けられるように私もできることをしていきたいと思っています。

学童まさき 雲組クワイビム 母 美沙子