



令和4年4月1日 認定こども園 一関南保育園

新しい生活がはじまります。

新入園児も継続児も、環境が変わったことで食事が思う様に食べられなくなるかもしれません。そのような場合は、無理をせずに園生活に慣れて落ち着くまでゆっくりと時間をかけ、楽しんで食事が出来るようにしていきたいと思います。

また、園生活に慣れるまでは体調を崩しがちになります。降園後は、夕食を早く済ませてゆっくりと親子でくつろぐ時間をもちながら、心身を休ませましょう。

<給食について>

○すみれ組、もも組、ちゅういっぶ組さんは、完全給食です。(ご飯は園で用意します)スプーン、フォーク、箸も園で用意します。

○たんぽぽ組、ゆい組、ひまわり組さんは、110gのご飯を持参ですが、最初は、食べられる量のご飯を持ってきて下さい。

スプーン、フォーク、箸は、持参して下さい。



<体験を通して食への興味・関心を>

調理や栽培・収穫などさまざまな体験をすることで、いろいろな食べ物に親しみ、食への興味・関心が広がってきます。

園では今年度も、コロナ禍ではありますが、野菜の栽培、クッキング等計画しています。お家でも、野菜の栽培や一緒に料理をして、楽しみながら食べる意欲につなげていけたらいいですね。

食育指導についても、子供たちが興味をもってくれるよう、工夫しながら教えていけたらと思っています。今年度の食育計画を載せてみました。



4月	・朝食の大切さについて	・朝食の大切さがわかる大型絵本を読む。
5月	・三色食品群について	・ボードを使って赤、黄、緑に分けてもらう。
6月	・味を体験しよう	・甘味、酸味、塩味、苦味、旨味を味見してもらう。
7月	・噛むことの大切さについて	・絵本などを使って、噛むことの大切さを教える。
8月	・食材にふれてみよう	・野菜にふれてみる。
9月	・三色食品群について	・献立の食材を三色食品群にわけてもらおう。
10月	・野菜の育ち方について	・食べ物の育ちを知り、残さず食べることの大切さを教える。
11月	・ぽっかり食べに気を付けよう	・絵本や教材を使って、バランスよく食べるよう教える。
12月	・食べ物の大切さについて	・食べ物の育ちを知り、残さず食べることの大切さを教える。
1月	・自分の体を知ろう	・教材を使って、うんちがでてくる仕組みを教える。
2月	・味を体験しよう	・甘味、酸味、塩味、苦味、旨味を味見してもらう。
3月	・お弁当を作ってみよう	・三色食品群を考えながら、お弁当をつめてみる。

