



食育だより



2024 年度 6 月号
認定こども園 光幼保園

うさぎ組さんが、夏野菜を植えました。

担任の先生のお話を真剣に聞いています！



うさぎ組さんは、「大玉トマト・ピーマン・おくら・なす」を育てることにしました！
しっかり水やりし、成長が楽しみです♪

給食のお手伝いをしたよ！（そら豆の皮むき）



先生に皮の剥き方を教えてもらい
そら豆の皮むきに挑戦です！



それぞれ楽しみながら
そら豆とふれあいました



食事マナーを身につけよう

6月は、食育月間です。それにあわせ、「正しい食事マナーを身につけ、みんなで楽しく給食を食べる」を目的とし、園でも青組、赤組、藤組、黄組の園児たちが、それぞれの食事マナーに挑戦します。【期間 6月10日(月)～6月28日(金)】

各クラスの目標

青組	食事のあいさつができた
	おさら・おわんを持って食べられた
	箸を使って食べられた
赤組・藤組	食事のあいさつができた
	おさら・おわんを持って食べられた
黄組	残さず、きれいに食べよう

- 食欲が高まる
- 唾液がたくさん出る
- 胃や腸の働きが活発になる



体にいいことがいっぱい！

楽しい食事は心と体の栄養に！

みんなで食事をすると…



楽しく食べると、体にもいいこといっぱい！

みんなで楽しく食事をしましょう！

みんなで食べると美味しいね♪

食事の時間は、活動の時間とはちがい、ゆったりとした気持ちになります。しかし、気がゆるみすぎてマナーが悪くなるとは、まわりを嫌な気持ちにさせてしまいます。正しいマナーで楽しい食事の時間にしましょう。



家庭でもこのような事について、ときどき話していただくとありがたいです。