



もうすぐひな祭り。今年もおひなさまを出して飾ると、子どもたちは興味津々な様子で見入っています。ご家庭でもひな祭りの行事食を通して、行事の意味を学び、食への興味づけとともに、成長をお祝いしましょう。



1年間の食事を振り返りましょう

この1年を通して、どれだけ旬の食材を味わえたでしょうか？ 春はなのはな、春キャベツ、夏はなすやピーマン、秋はくりにさんま、さつまいも、冬ははくさいにだいこん……園で収穫したものもあります。旬の味を知ることで、それぞれの食材が持つおいしさを、伝えていけたらと思います。また、三食の食事のバランスや食事のマナーは守れていたでしょうか？ ご家庭でも1年間の食事を振り返ってみましょう。

食生活をチェックしてみましょう

- 食事の前に手を洗うことができた。
- 食事の準備や片づけを手伝うことができた。
- 「いただきます」と「ごちそうさま」を言えた。
- 姿勢を正しく食べることができた。
- スプーンやはしを上手に使うことができた。
- よく噛んで、味わって食べることができた。
- 楽しく食べることができた。
- 三食は決まった時間に食べることができた。
- 朝食をかかさず食べた。
- 毎日、赤・黄・緑の食品群からバランスよく食事ができた。

※7つ以上にチェックできるように頑張りましょう！



早いもので今年度最後の月となりました。給食では苦手なものが少しずつ食べられるようになったり、当番活動が上手になったりとこの一年で心も身体も大きく、たくましく成長しましたね。

新しい生活様式ということでおしゃべりしながらの楽しい給食時間を過ごすことが難しかったですが、友だちや先生と一緒に食べる給食は、家での食事とは雰囲気の違い、特別なものだったと思います。みんなで食べるとおいしいな、誰かと食べると楽しいなと子どもたちが感じてくれていると嬉しいです。

本年度、給食運営にご協力いただきましてありがとうございました。