



令和6年 1月
東戸塚らびっと保育園

新年、あけましておめでとうございます

本年も子どもたちが笑顔になれる、美味しい食事を提供できるように努めてまいりますので、どうぞよろしくお願い致します。



みんなで食事をする大切さ

家族や友人など誰かと一緒に食事をする事を「共食」といい、色々なメリットがあります。

- *コミュニケーションを図る事ができ、食事の楽しさを伝えることができます。
- *苦手な食べ物でも周りの人が美味しそうに食べている姿をみて、安心感が得られ「食べてみようかな?」という気持ちを促すことができます。
- *食事の習慣が身につく、正しい生活リズムをつくることができます。健康な体を育む事にも繋がります。



園では、子どもたちは皆と一緒に食事をする中で、保育士は「今日の給食何かな?」「人参さん、甘くて美味しいよー」などと声掛けしながら楽しい食事の雰囲気づくりをしています。ご家庭でも、お忙しいとは思いますが、なるべく家族での食事時間を大切にしようと思っかけてみて下さい。

七草粥

1月7日に無病息災を祈って食べるものです。七草には栄養が多く含まれており、胃腸の回復にも良いとされています。ご飯をだし汁で煮立たせ、少量の醤油やごま油を入れると食べやすいです。

園では 1月9日の間食で提供予定です。



食育活動

12月21日、そら組が「クリスマスクッキーの型抜き」をしました。
以前、1度行っていた為、慣れた手つきでとても上手に型抜きができていました。
「クッキーづくり楽しかったー！」という声が聞こえてきました。



12月22日、にじ組そら組がホイップデコレーションをしました。
保育士と一緒に一生懸命に絞りました。
ホイップを出てくるのを目を輝かせて見ていました。
そして、口の周りを白くして美味しそうに食べていました。



ゆめ組 食事の様子

手づかみ食べが上手になりました。
(1歳1か月)



食具を使って食べています。
(1歳5か月)

