

食育だより No. 2

令和6年 6月 1日
 認定こども園
 東雲幼稚園
 TEL 54-8220
 給食担当 佐藤 裕美

6月4日の、6・4の音に合わせ、虫歯予防デーとしたのは、1928年(昭和3)年で、現在では歯と口の衛生週間の第1日目となっています。
 虫歯予防には、規則正しい生活をする事が大切です。食事の時間、おやつの時間をきちんと決めて、だらだらと不規則な生活をさせないように習慣づけていきましょう。また、よい歯質は、バランスのとれた食事から生まれます。1日30品目とることを心がけたいですね。もちろん食べた後は、歯みがきを忘れずに。

しのめ ベジタブル ガーデニング

楓組(1歳児)おくら
 大きくなあれ！
 「水やりがんばるぞ！」と大張り切り。

みんなで夏野菜の苗を植えました。毎日、水やりをしながら、お世話と観察に一生懸命な子どもたち。収穫は7月頃の予定です。お迎えのときにも、お子さんと一緒に畑をのぞいてみてください。



桜組 なす
 手で土を掘り、五感を刺激。水をかけてから、きゅうりの苗を植えました。苗を植えてから水やりをします。「お水を飲んで大きくなってね！」



竹組 ピーマン
 「おいしいピーマンができますように…」

竹組・松組になると、先生のお話を聞き、今までの経験を思い出しながら、スムーズに植えることができますようになります。水汲みも自分たちで行う姿は、とても頼もしいですよ。



松組 ミニトマト
 ミニトマトはプランターに植えました。



野菜のおなか？どんな音？♪

5月22日、松組のおつかい体験の後、ここにこホールに野菜・果物を展示。今回は『野菜のおなか(断面)を見てみよう！』と給食担当者が包丁で切ってみることに。野菜を切る時の音は、どんな音？興味津々の松組さんは、静かに耳をすませ「ザクッ、ザクッ！」「シャクッ、シャクッ！」など、それぞれ感じた音で表現していました。



キャベツを切ると「ハートが見える！」とHappyを見つけたよ♡



2回目は、目を閉じてよ〜聞いてみよう！



よく聞こえるように、音のする方へ耳を傾けています。



玉ねぎは「サクッ、サクッ！」「ん？さき先生？」



大根のおなかを見ると「たけのこみたい！」と大根は「スクッ、スクッ！」



Hくん。



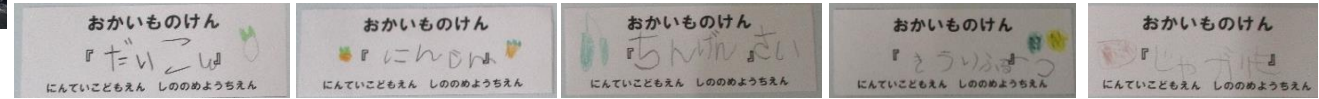
人参を切ると「真ん中に線がある！」野菜のおなかは不思議な形がかけていますね。



チンゲン菜の根元の茎部分に「卵みたいな形」を発見！



野菜を切ることで、いつもよりおいを感じやすくなり、断面から水分が出て、触感の違いも感じられたようです。大根のにおいを「スイカみたくにおいがする！」と感じた子もいましたよ！また、野菜に触れることで五感を刺激し、より食材への興味や関心を高められます。食べてみようとする意欲を持たせる効果もあり、この食材を使った給食は、おつかいしてくれた松組さんに感謝をし「ありがとう！」「おいしいね！」という声もたくさん聞こえ、食べ進みが良かったです。ご家庭でも、おいしい音を探してみてください。



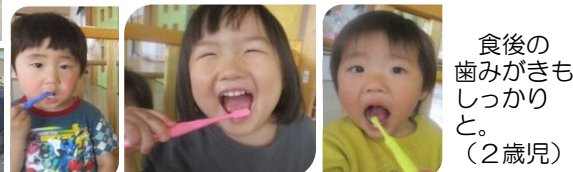
松組さんが自分たちで書いた「おつかい券」には食材の絵も描いています。食材の特徴をつかんでいますね！

楓組フォト



手を合わせて「いただきます。」からの、ししゃものチーズフライにかぶりつき！（1歳児）

ランチルーム紹介



今年度から、今まで松組の教室だった部屋が、以上児(桜組・竹組・松組)の給食&おやつを食べる「ランチルーム」になりました。たくさんのお友だちと一緒に食べることでおいしく感じたり、コミュニケーションが生まれたり良いことがいっぱい！壁面の三色食品群の活用も楽しみですね。