



令和5年給食だより もりもり

今年度も残りわずかになりました。進級に向けて、よりかっこいいお兄さん・お姉さんになるよう、今から準備しておきましょう。あおぐみさんはいよいよ小学生。あいゆう園で食べる食事もあわずかですが、一緒に楽しみましょう。

1年間の給食を振り返って

子どもたちが、生涯にわたって健康で質の高い生活を送るために身に着きたい基本が「食を営む力」です。あいゆう園に通う子どもたちは、園生活や給食を通して身近な食育を学んでいます。給食は1日の食事のうち1食にすぎません。基本は、家庭で食べている食事となります。今は保護者の方と生活していますが、成人して自分の力で生活するときには基準となるのは、それまでの食生活です。自ら食について考えられる力を身に付けられるように、下記のような観点で子どもたちと関わってみませんか？

☆食べ物の味がわかる力



いろいろな食べ物を良く噛んで味わって食べよう！
おいしい味が分かるようになる。

☆食べ物をえらぶ力



体にいいものをえらぶ力をつけよう！
食事のバランスも考えよう。

☆料理ができる力



料理をして食べ物に興味を持とう！
自分でつくるとおいしいよ。

ちから 食育5つの力

☆食べ物のおいしさを感じる力



いただきます！
食べ物に感謝し、大切にすることを育てよう。

☆元気なからだができる力



早寝・早起き・朝ごはん！
毎日元気でいられるように生活リズムを整えよう。

1年間でどれくらい大きくなったかな？

新学年のスタート時から比べると、目に見えて大きくなっている子どもたち。最初は残りがちだった野菜の料理も、1学期末には完食できるようになりました。秋には身体測定結果をもとに、給食の提供量を増やしましたがそれも完食できるようになっています。食べる量には個人差がありますが、それぞれが食べる量を調節して、自分の適量について考えながら食べています。今年度も残すところ1か月となりました。毎月実施されてきた身体測定の結果を母子手帳の身体発育曲線・体重曲線に記録して、1年間の成長を振り返りましょう。



新年度に向けて 生活習慣を整えましょう。

新年度は、初めての教室、新しいお友達や先生と出会うドキドキの毎日になると思います。不安やストレスを感じやすい子もいます。生活習慣を整えて、1日のリズムを作り、気持ちを安定させてあげましょう。

