

平成29年 7月の

給食だより



もみの木保育園

梅雨が明けると本格的な夏がやってきます。
この時期は、急に食欲が落ちて冷たいものや水分ばかり取りがちです。
正しい水分の取り方やバランスのとれた食事を心がけ暑い夏を乗り越えましょう！
毎日朝ごはんをしっかりと食べて登園しましょう！

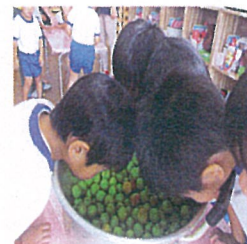
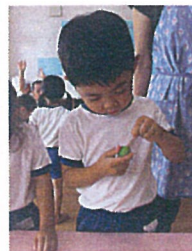
噛むことの大切さ

-6月の食育-

各クラスの担任の先生から子どもたちの咀嚼の心配を日々耳にします。なので今回は噛むことの大切さについてお話しました。園には「ゆっくりよくかみおおかみくん」という紙芝居があります。おおかみくんがしっかり噛まずに食事をする事で食べ物のがどにつっかえてしまったり、お腹が痛くなるといった内容のお話です。この紙芝居を読み、なぜお腹が痛くなったのかなど子ども達に考えてもらいました。「よく噛んでないから！」など理解ができていようで安心しました。その後、昆布を使って30回噛んでもらいました。「柔らかくなって飲み込みやすくなった」「よく噛んだら昆布あまいね」など多くの変化に気づいてくれました！健康な体づくりの為にもご家庭での声かけ等よろしくお願い致します！

梅干しづくり

今年も保存食作りとして梅干し作りをしました！まずは梅干しの塩漬けの為、つまようじで梅のヘタを取ってもらいました。1個2個としていくうちに「先生とれたよ」と上手に取れるようになりました。去年したことを覚えている子もいたようです。このような体験が心に残っていくことが食育となります！
2.3日で梅酢も上がってきました。
来月は赤紫蘇もみを体験してもらいます。
どんな表情をみせてくれるのか楽しみです！



給食試食会 6月22日(木)

6名の方が参加してくれました。

もみの木保育園の給食の特色、衛生面や昨年の食育の紹介をしました。また乳幼児期の食事について、年齢にそった咀嚼（噛むこと）・嚥下（飲み込むこと）について気をつけて欲しい事などお話ししました。家庭での様子や心配事などのお話もいろいろと聞けました。また、子ども達の食事の様子をみて試食会して頂きました。なかにはおかわりする方もいて好評でした！
ご参加ありがとうございました。今回のお話が少しでも参考になれば嬉しいです！
これからも衛生面第一に「おいしかった」「また食べたい」と言ってもらえるように給食室一同で努力していきたいと思ひます。

お願い

食中毒注意報が発令されました！

湿度と気温が高くなるこれからは、ご家庭でも気をつけて下さい。
水筒、はしなど再度確認して度々除菌をお願いします！！