



9月 そらぐみだより

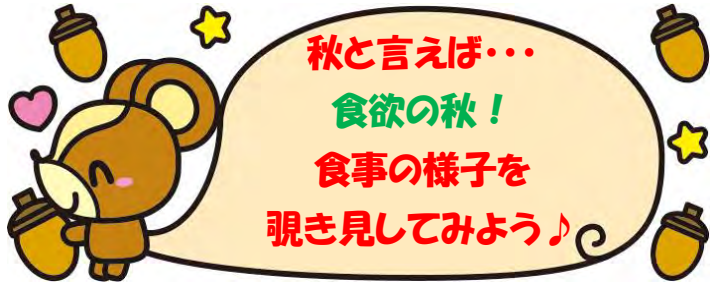


社会福祉法人 **ここのち** 八重福祉会
ここのち 保育園
 Tel 996-2566
 令和5年9月11日発行

いつの間にかセミの声が聞こえなくなり、園庭にはトンボが姿をみせています。まだまだ暑い日が続きますが、日が落ちるのが随分と早くなり少しずつ秋の訪れを感じるようになってきましたね。元気いっぱいな子どもたちと一緒に、さまざまな活動を楽しみたいと思います。



「栄養戦隊 しょくレンジャー」～三大栄養素～



普段食べている食材の栄養について、お部屋に掲示している表を見ながら給食前にみんなで3つの栄養について考える時間を設けています。

チェックポイント1 どんな姿勢かな？

机とお腹を近づけ、足を地面につけて食べることを意識しています。

「いただきま～す！」



「お腹、くっつけたよ！」

チェックポイント2 スプーンの握り方は？



スプーンの持ち方には段階があり、鉛筆持ちが安定してきたら、お箸へ移行します。



チェックポイント3 よく噛んで食べよう

適切な一口の量が分かってきます。よく噛むことは食材本来の味を感じたり、顔の筋肉の発達につながったり、良いことがいっぱい！



「見ててね、パクッ！」



「お皿も持って食べられるよ」

チェックポイント4 食器も自分で片付けるよ！

食後は自分たちでトレイとスプーン、デザート皿を片付けています。落とさないように気をつけてね！



「そ〜と〜と〜」



「スプーンは「カニ」にー」