

みなみっこ食育だよ!

R2.10

南新町保育園

今年度も引き続き「楽しい食育活動」を心がけて進めています。継続してグーパー体操、おくちげんき体操を給食の前に行い、毎月の食育集会も年間計画に沿って、子どもたちに分かりやすいようパネルシアターやボードを使って行っています。クイズや体操、歌なども交えて楽しく食育集会に参加できるようにしています。また、畑活動は5歳児中心に行っており、じゃがいもから始まり夏野菜まで収穫が終わり、現在は大根が生長中です。先日はさつまいもを収穫し、さつまいものスイートポテトを作りました。みんなおいしいと大好評でした。

畑活動のいろいろ...



今年、夏野菜はズッキーニも植えてみました。クッキングでは4、5歳児で夏野菜カレーを作りました。自分たちで作ったカレーはおいしい〜。



大根を植えたよ!

園士さんに教えてもらい小さな大根の種を植えました。おおきくなあ〜れ!!



さつまいも
収穫!



収穫したさつまいもで5歳児がスイートポテトを作ってくれました。

食育集会

- 4月 げんキッズの話
- 5月 早寝・早起き・朝ご飯
調理員さんの紹介
- 6月 食事のマナーについて
- 7月 旬の食材を知ろう
夏野菜の紹介
- 8月 おやつと水分の
摂り方について
- 9月 しっかり食べよう
朝ご飯
- 10月 旬の食材を知ろう



10月はその季節の旬の食べ物はどれ?とクイズをしながら知らせました。旬の食べ物は、おいしくて栄養満点、そして安いんだって!!

8月は暑いので冷たい物の摂りすぎに注意しようね!ジュースには、こんなにたくさんの砂糖が入ってるんだって。気をつけなきゃね。

