

食育だより

R3年6月

上越市立下黒川保育園

緑豊かな自然に囲まれた下黒川保育園では、食育活動の一環として、広い園庭の土地を生かし、1年を通して様々な野菜の栽培を行っています。合わせて月1回の食育集会やおにぎりデーを行う中で、食べ物への興味や知識を深めています。今回はそんな下黒川保育園の今年度の食育活動を紹介したいと思います。

畑の野菜作り



畑は園士先生に教わります！



もみ殻をまいて栄養にするんだって！



初収穫は「きゅうり」でした！

こんな野菜を育てます！

- ・じゃがいも・さつまいも
- ・きゅうり・なす・ピーマン・すいか
- ・トマト・かぼちゃ・オクラ
- ・ズッキーニ・大根



食育集会



月に1度食育集会を行います！

- *手をあらおう！～正しい手の洗い方～
- *体のなかみは？エプロンシアター
- *季節の野菜や果物クイズ
- *行事の食べ物について
- *赤・緑・黄の栄養について …など

おいしく食べて大きくなろう！

