

# 食育だより

## 戸野目保育園

♪なんでも食べる元気な子ども！  
元気印付リ！

令和5年 2月



戸野目保育園では、「楽しく食べて元気な心と体をつくろう！」を年間目標に、一年間食育活動をしています。春には年長児が育てたい野菜を相談し、「ゆり畑」を作りました。夏には、じゃがいも、なす、トマト、オクラなど、秋にはさつまいも、冬は大根、カブを育てました。どの野菜も育ち、収穫に大喜びでした。

また、月に一度食育集会を行い、食べる大切さや、マナー、食べ物について学んでいます。

### (食育集会) ~年間の取り組み~

- 4月 食事の基本
- 5月 早寝、早起き、朝ごはんについて
- 6月 歯みがきについて
- 7月 夏バテについて
- 8月 うんちについて
- 9月 お米ができるまで
- 10月 大きなおいも
- 11月 お箸の持ち方
- 12月 郷土料理、季節の料理
- 1月 冬の野菜
- 2月 手洗いについて
- 3月 食事や食材を作ってくれた人に感謝しよう

### 12月は おせち料理について



話を聞いた後、  
各クラスに戻り、  
おせち料理のぬりえ  
を楽しみました。

### 1月は 冬の野菜について



? ボックスの中から次々に  
出てくる冬野菜！  
「この野菜、わかる人〜？」

### 毎月発行される 「もぐもぐ通信」



調理員さんが毎月「もぐもぐ通信」を作成しています。人気のメニューや季節の料理、レシピ等を紹介しています。

