

# 食育だより

## きよさと保育園

きよさと保育園の食育活動を紹介します。

今年度も年長児が中心となり、「きよさとファーム」で、たくさんの野菜を育てました。

夏は、きゅうり、なす、とまと、かぼちゃ、すいか、じゃがいも、えだまめの収穫。

秋は、さつまいも掘り、冬は、だいこんの収穫を楽しみました。



大きくなーれ!

大根たくさん  
採れたね!



4つの芋が繋がってる!



野菜は給食に入れてもらったり、やきいも、クッキング、すいか割りをして楽しみました。

### 【お楽しみ食育集会】

毎月、その月に合ったテーマを決めて、話を聞いたり、ゲームやクイズなど楽しみながらも考えられる集会をしています。

#### 食育集会のテーマ

- 4月 じゃがいもについて
- 5月 たけのこについて
- 6月 甘いものの摂りすぎに気を付けよう
- 7月 旬の野菜クイズ
- 8月 早寝、早起き、朝ごはん
- 9月 お米について知ろう
- 10月 さつまいもについて
- 11月 食事のマナーについて
- 12月 冬至について
- 1月 バランスよく何でも食べよう



正しい箸の持ち方できるかな?



難しいな…

