

きゅうしょくだより 8月号

太陽の光がまぶしい夏がやってきました。
気温の高い日が続くと、暑さによる疲れから食欲が低下したり、体の水分が失われて熱中症になる危険性があります。夏を楽しむためにも規則正しい生活を保ちこまめに水分補給を心がけましょう。

★給食の様子★

～以上児お楽しみ会～

子どもたちがとっても楽しみにしていたお楽しみ会♥たくさんの遊びコーナーに食べ放題のバイキング！！いつもと違う雰囲気みんな大喜びしながら楽しい1日を過ごしていました。

食べ物コーナーでの一番人気はフライドポテトとかき氷！！どちらにも行列ができ「おいしい！！」「まだまだ食べたい！！」と食欲旺盛な園児がたくさんいました。お弁当箱を持参していただいたことで子どもたちのワクワクもさらに高まり、最高の夏の思い出になってくれたら嬉しいです。



★6月残食★ (1ヶ月合計の残飯量/1日の平均残飯量)

うさぎ組	7460g/355g	りす組	9090g/432g
くま組①	20140g/980g	くま組②	959g/450g
きりん組	10938g/520g	らいおん組	3590g/170g

子ども茶碗1杯

100gです。



★子どもと過ごすお買い物の時間★

子どもを買い物に連れて行く場合、子どものペースに合わせて買い物をしなくてはなりません。ペースが乱されてしまってゆっくり買い物ができない。中断してしまう。などのお悩みはどこのご家庭にもあるのではないのでしょうか。だからといって一人で買い物に行くのではなく、是非下記のことを参考にしながらお子さんとの楽しいお買い物時間を過ごしていただきたいと思います。



①入店前にマナーについてお話をします。

お店に入ったら走らない。騒がない。物を壊さない。など

②子どもにも買い物に参加してもらう。

買い物リストを読み上げてもらう。買う予定のものを一緒に探す。

③様々な食品を見て食に興味をもってもらう。

野菜や生鮮食品コーナーに行き旬の食材に触れることで一つの食育へとつなげる。

④お約束やルールが守れたら、しっかりと褒めてあげる。

改めてできたことを伝えることで、子どもは達成感を味わえる。成功体験から我慢できる自分を自覚して、成長する。



★給食委員会★

- ・高月齢はスプーンを持ちはじめ、自分からすくって持たせてほしいとアピールする。低月齢は口に含んだ時に溢れることが少なくなり、早く欲しいと声をあげるようになってきている。(ひよこ)
- ・お肉やリンゴなどかみごたえのある食材を苦手としていた子も少しずつ噛んで飲み込む事ができるようになってきている。(うさぎ)
- ・戸外遊びや水遊びをして活動量が増えたことで、なんでもたべるようになってきている。(りす)
- ・給食準備の前にメニューを知らせることで、給食が楽しみになったり準備が早くなったりしています。(くま)
- ・苦手なメニューも少しずつ自分で食べてみようとする姿も見られるようになってきている。(きりん)
- ・少しずつ食べる時間を意識してほしいが、個人差もあるので家庭とも連携をとりながら、就学に向けて繋げていきたい。(らいおん)
- ・園で野菜を育てていただいていることによって旬の野菜を学べるのでとてもいい経験をしていると感じている。(保護者様)