



三光幼稚園・三光保育園
三光食育だより
 2024年 3月号
 給食室



左：たくさん収穫できたね！ 右：たくさん食べてくれてありがとう♪

❖子どもたちの成長❖

今年度も残りわずかとなりました。この一年を振り返り、一人ひとり自分のペースで大きく、たくましく成長した姿に、うれしさを感じているこの頃です。

野菜が苦手だった子も、畑の収穫や食育を重ねるごとに、お野菜にも興味をもつようになってくれました。「お野菜食べれたよ。」と嬉しそうに話しかけてくれる姿をみて成長を感じます。子どもたちが笑顔で食べてくれる姿をみるのが私たちの活力にもなりました。今年度も園の給食にご協力いただきありがとうございました。

3月12日に、年長児の親子を対象とした謝恩会を実施します。給食の人気メニューも入れたお弁当を作る予定です。三光幼稚園・保育園で過ごした楽しい思い出となるよう、心を込めて作りしたいと思います。



～魚を美味しく食べよう～

三枚おろしを見学しました。【年長組】

給食で使用している魚を納品していただいている野田鮮魚店さんに来ていただき、目の前で大きなぶりをさばいていただきました。ぶりの心臓を見せていただいた時には、「魚にも心臓があるの？人間と一緒だね。」と魚も生きていて、命をいただいているということを実感していた様子でした。みんなに美味しく食べてほしいという、魚屋さんやつくる人の思いがあることをみんなにも知ってもらえたかなと思います。“ありがとう”の気持ちを込めて“いただきます”“ごちそうさま”のあいさつができるようにしたいですね。さばいてもらったぶりは、翌日の給食で提供しました。やわらかくてとても美味しく、子どもたちも「おいしい！」といつも以上にたくさん食べてくれました。



3学期の食育をおこないました

【もみじ組】～どこに実をつける野菜かな？～

野菜がどのようにして育つか、クイズをしながら野菜への興味を深めました。「うね！した！」と土の上や下を指さしながら興味津々に答えてくれる子どもたち。土と太陽からの栄養をもらって野菜が美味しく育つことを話しました。

これから野菜の栽培も始まるので、美味しい野菜が育つように心をこめて育ててあげてほしいです。



【年少組・たんぽぽ組】

～食べ物仲間「赤・黄・緑」揃えて食べよう～

食べ物のはたらきが、赤・黄・緑のグループに分かれ、なんでも食べて元気に過ごそうね。と話しました。後日、その日の給食で使用する食材をグループ分けした展示物を見て「ちくわはお魚でできているから赤かな？」とお友達と話をする姿がありました。

「えいようのうた」を上手に歌っていますので家庭でも話題にしてみてください。



【年中組】～食べたものはどうなるの？～

エプロンシアターを使って、身体の中がどうなっているのか見ました。

腸の長さがどれくらいあるのか実際の長さを見てもらうと、「すごい！こんなに長いのがからだの中に入ってるの？」とびっくりした様子でした。

食べたものがからだをつくること、バナナうんちがでることは、からだ元気な証だよ。と話をしています。

