

2022年度



9月食育だより



幼保連携型認定こども園
明石南こどもの城



朝夕のぎやすくなり、秋が近づいてきました。4月と比べると食べる量も増え、落ち着いて和やかな雰囲気の中で、食事ができるようになりました。食事がより楽しい時間となるように、今後食事マナーについても知らせていきます。

～食事のマナーについて～

食事の時間には、お子さんの年齢や発達をふまえながらマナーを伝えています。

つくし組

おなががすく生活リズムを作り、食事の時は、ゆったりとした雰囲気の中で食欲を育てています。食事前後の「いただきます」「ごちそうさまでした」の挨拶は、全員で手を合わせて行い、身に付いてきました。

たんぽぽ組

自分で手づかみやスプーンを使って一口分をすくい、意欲的に食事をしていきます。食事前後の挨拶が言葉でも言えるようになりました。

こすもす組

フォークを使い、食器に手を添え持って食べるようになりました。菜園の収穫物等を見たり、食べることから野菜に興味関心を持てるようにしています。

いちよう組

正しい箸の持ち方を確認し、背中を伸ばして椅子に座っています。様々な味、香り、食感等を知り、食事を味わっています。

ほぷら組

箸を持って食べることに慣れてきました。姿勢よく食事をするを伝えています。特に、ひじをつかないで食べることを伝えています。

けやき組

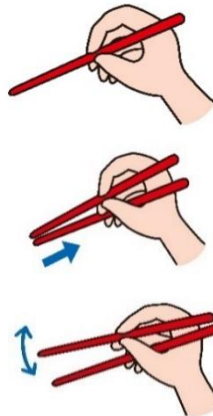
箸を正しく持ち、使えるようになってきました。主食、汁物、主菜皿の置く位置を伝え、確認しながら食事をしていきます。



※ご家庭でも参考にしてみてください



箸の持ち方



- ①えんぴつを持つように、箸を1本持つ。
- ②もう1本の箸を親指の付け根と、薬指の第一関節で支える。
- ③人差し指と中指を使って上下に動かす。

～秋分の日～今年9月23日(金)です～



年2回、春分の日また秋分の日、昼と夜の時間の長さがほぼ等しくなる日です。秋分の日前後にはおはぎを食べる風習があります。秋は萩の花が咲くことから『おはぎ』と呼ばれています。園では22日(金)の午後おやつにおはぎを予定しております。