

しょく いく
食育だより



にゅうえん しんきゅう
ご入園・ご進級おめでとうございます

ほいくしせつ しょくいく しょうかい
保育施設の「食育」を紹介します

ほいくしせつ しょくいく しょく いとな ちから いくせい む きそ つちか
保育施設における食育は、「食を営む力」の育成に向け、その基礎を培うことを
もくひょう とし、つぎ 5つのこども像が掲げられています。

なか ぞう お腹がすくリズムのもてる こども像
た す ふ ぞう 食べたいもの、好きなものが増える こども像
いっしょ た ひと ぞう 一緒に食べたい人がいる こども像
しょくじ じゅんび ぞう 食事づくり、準備にかかわる こども像
た わだい ぞう 食べものを話題にする こども像



しょくいく い じっさい なに おも ひと おお おも
「食育」と言っても、実際に何をすればよいのかわからない、と思っている人も多いと思
ます。むすか かんが た わだい ただ しせい しょくじ
難しく考えず、食べものを話題にしてみたり、正しい姿勢で食事をするこ
ころ たいせつ しょくいく
心かけるだけでも、大切な「食育」になっています。

はる やさい
春の野菜 たけのこ



たけのこは、つち なか う
土の中に埋まっ
ていて
はるさき の
春先にぐんと伸びます。
ずんぐりとしたかたち
形で、
おも かわ
ずっしりと重いものがおいしく、皮にツヤがあり、
あたま きいろ ひら しんせん
頭が黄色く開いていないものが新鮮です。

