



～初めての食育～

5月より年長児を対象に週1回（水曜日）20～30分程度食育を行いました。初めての食育ということもあり、何が始まるのかワクワクしている子もいれば、ちょぴり緊張している子もいましたが、楽しい食育の時間となりました。

1回目の食育では、食事のマナーの一つである食べ方の姿勢についてみんなで話し合いました。いつもの姿勢で食べている姿をみんなの前で発表してもらい、正しい姿勢になっているかを確認していきました。その他にも、皿やお碗の持ち方まで確認しました。また、悪い姿勢を例に出し、どこが駄目でなぜいけないのかを考えてもらい、給食やおやつ時間は良い姿勢で食べるように約束しました。次の日の給食の時間、年長児の部屋を覗きにいくと意識していたようで、背筋を伸ばしいつもとは違った様子で給食の時間を楽しんでいました。



2回目の食育では、食べ物がみんなの体でどんな働きをするのかの紙芝居を見たあと、食物には、赤の食べ物（肉や魚など）・黄色の食べ物（ごはん・うどん・パンなど）・緑の食べ物（野菜・きのこ・果物など）があり、「肉や魚を食べると、みんなの血や筋肉を作ってくれるよ。」と各色の食べ物の働きの説明を行い、好き嫌いせずに食べると元気モリモリになり、丈夫な体になるということを伝えました。次回から給食で使った材料を色分けしていこうと思っていますので楽しみにしておいて下さい。



「絵本から飛び出した給食」



～あらすじ～

そらめくんとって、ふわふわのベッドは宝物です。だからだれにも貸したくありません。ところが、そのベッドが突然なくなってしまったのです。必死にさがしますが、なかなか見つかりません。やっと見つけると、その上には、なんと・・・？という愉快なそらめくんのお話です。

5月から「絵本から飛び出したおやつ」がスタートしました。今月のおやつは、年に一度の「そら豆のチーズ揚げ」でした。

絵本の読み聞かせ後、どのクラスも実際のそら豆を見て触っての観察の時間となりました。実際にそら豆のさやを開けてみると、寝顔のそら豆やにっこり笑顔のそら豆が入っており、「わあ、すごい！」や「4つも入っている。」と大興奮する子どもたちでした。また、そらめくんのベッドの部分も触ってみると「ちょっと冷たくって、濡れている。」や「フカフカしている！」と様々な感想がたくさん聞けました。たんぽぽ組では、顔が描いてあるそら豆が気に入ったのか、ずっと手に握りしめ返してくれない子もいました。



そして、おやつになると、「そら豆のベッドが来たー！」と大喜びで、そら豆を探しながら食べている子や「中にいっぱいそら豆が入っている！」と楽しみながら食べていました。

また、遊びの時間では、図鑑を見ている子がそら豆のページを見つけて教えてくれたり、「ピーピー豆に似ている。」と言う子どももたくさんいました。

