

食育だより

(春号) 令和6年4月

認定こども園 春の町保育園 文責:福田

ご入園・ご進級おめでとうございます。心地よい春風のなか新年度を迎えました。保育園では生きることの基本である『食』について体験や学びを大切にしています。乳幼児期は食習慣を身につける大切な時期です。毎日の給食を通して子どもたちが食に興味・関心を持ち、食事の時間を楽しみできるように様々な工夫を行っていきたく思います。調理室では、子どもたちが元気に毎日を過ごせるように、栄養バランスのとれた食事、安心して安全なおいしい食事作りに努めていきたく思います。食事のことで気になることなどありましたらお気軽にお声がけください。1年間どうぞよろしくお願ひ致します。

保育園給食について

北九州市では、認可保育所(園)で統一献立を実施しています。季節の食材や行事食を取り入れバランスの良い献立を提供しています。昆布や煮干し、かつお節など自然の食材から取っただしを使った汁物は、うま味たっぷり子どもたちにも大人気です。

給食は1か月に2週間の献立を繰り返します。そのため、同じ食材を使った同じ献立でも、子どもたちの喫食状況で食材の切り方や盛り付け方等変えることができます。その食材が苦手でも、刻み方の工夫で食べられるようになったり、1回目はなじみのない食材のために少ししか食べられなくても、2回目は慣れて食べられるようになったりと、子ども自身も「食べられた」ことを喜ぶ機会にもなります。

離乳食・手づかみ食べについて

離乳食…野菜を大きく切り1時間ほどじっくりと煮込みます。柔らかくなってから月齢に合わせた切り方をしています。

手づかみ食べ…食器に興味を持ち始めた9か月以降に個別で提供しています。食べ物を目で確かめ、手指でつかんで、口まで運び口に入れるという目と手と口の協調運動で、食べる機能の重要な役割をします。手づかみ食べが上達することでスプーンやお箸を上手に使えるようになっていきます。



春の町保育園の食育

食育は、食に対する興味や関心を持ち、食べることを楽しむことにも育つためにとても大切なことです。将来の望ましい生活習慣・食習慣が身につくように、そして「食」の大切さや「食」への感謝の気持ちが育つように、野菜の栽培・収穫活動や行事食など食育に力を入れています。今年度もマスク、使い捨て手袋等を使用し、感染対策を講じつつクッキングも行っていきます。(クッキングは3歳以上見対象です。)