

# 4月 食育だより

## 入園・進級おめでとうございます。

桜の花も満開になり、気持ちのよい季節になりました。今年はコロナウイルス影響が心配されますが、衛生管理に十分注意して調理に当たりたいと思います。保育園の給食は調理員が愛情こめて作っています。ダシにこだわり化学調味料は一切使用していません。なべのダシが煮えるころ、「うわあーいい匂い」「今日の給食なあに」と聞きにきます。また、食べ終わると、「ああ美味しかった」「また作ってね」と嬉しい感想を言う子どもたちに元気をもらい頑張っています。

### \*\*\* 楽しい給食 \*\*\*

乳幼児期は、体の基礎を作る大事な時期です。食べることは生きることにつながり、「食」を通して楽しさや喜びを感じられ、好奇心や意欲を育てる、意欲的行動の原動力になるものだと思います。

保育園の食事は、飲ませてもらう、食べさせてもらうことから、やがて自分で食べることができるようになるまでの、子どもたちの成長のプロセスを大事にし、何よりも食べることが、「楽しい時間」となるよう職員一同心を合わせて次のようなことに配慮しています。

食前の手洗い、「いただきます」「ごちそうさま」などのマナーを知らせ、習慣づくようにしています。

食事の準備、片付けなどは、年齢に応じて、自分でできるように援助しています。(ナフキンの敷き方、たたみ方、食器の種類別の片付け方など)

配膳は、個人差を考慮して一人一人の食べる量に合わせて配膳しています。

嫌いな食べ物でも少しは食べられるよう少量を配膳。しかし、無理強いはしません。

子どもたちが楽しい雰囲気の中で食べられるよう配慮しています。



おかわりをしたり、食べられないものを残したりするときは、その子の思いを受容するようにしています。



## 保育園の給食献立について

- ◆米飯給食…月・水・金 など 週3回程度
- ◇手作りおやつ…火・水・木 週3回程度
- ◆給食献立は、岐阜市子ども保育課の管理栄養士と、給食検討委員会（構成メンバーは、保育所(園)の所(園)長、保育士、調理員代表）で決定されています。



## ご家庭でも楽しい食卓を！

- \*家庭での食事の時間、テレビをつけっぱなしにしていませんか？
- \*食事のテーブルや椅子をお子さんの成長に合わせていますか？
- \*お子さんが一人ぼっちで食事をしていませんか？
- \*食事を家族揃って食べ、楽しい会話を心がけていますか？



ご家庭でも、家族揃っての楽しい食事時間に心がけましょう