



食育だより

新年明けましておめでとうございます。年末年始のお休みはご家族で楽しめたでしょうか。お正月もたくさんのごちそうを食べ、たくさん遊んで楽しく過ごせたことと思います。お休みの間の話を嬉しそうに一生懸命に話してくれる子どもたちです。

楽しい行事が続き、生活リズムや胃腸の調子も乱れやすく、また、寒さからも体力を奪われます。生活リズムと食事を整えて今年も元気なスタートを切りましょう！



○農園活動○

●かぶの収穫（うさぎ組）●



農園活動第二弾！カブのリベンジをしたうさぎ組。残念ながら一つしか育ちませんでしたが、みんなの水やりのおかげで、夏より大きく育ちました。大きなカブの絵本のように、カブの葉にスズランテープをつけ、みんなで抜きました。葉っぱは大きく育っていたのですが、いざ抜くと、小ぶりのカブが抜け、「え～うさぎ組さんのカブ小さいやん！」「大きいカブ違うやん！」と笑いながら言っており、かわいいうさぎ組でした。絵本のように大きくは育ちませんでしたが、みんなで抜くことができ、楽しい農園活動ができました。



みんなで収穫している様子



カブが収穫できました

●にんじんの収穫（ぱんだ組）●

毎日水やりをして、一生懸命育てたにんじんを収穫しました。地道にお世話をしながら待った甲斐があり、抜いてみると立派なにんじんに生長していました！収穫したにんじんは、そのままにんじんスティックにして、マヨネーズをつけて生のまま味わいました。少し硬かったのですが、にんじん特有の甘みがあり、野菜が苦手な子もおいしく食べることができました。



にんじんを抜いている様子



4本のにんじんがとれたよ

○おもちつき大会○

12月26日(金)におもちつき大会がありました。保護者の方もお子さんと一緒におもちをついて頂き、良い思い出となったのではないのでしょうか。「おいしそう」「早く食べたい」という声が聞かれ、みんなで楽しみながらおもちをつくことができました。給食では、自分達でついたおもちを沢山おかわりしました。



○12月のお誕生会○



12月生まれのおともだち



インディアンランチ