



# 食育だより



梅雨が明け、蒸し暑い日が続き、いよいよ夏本番です。プールや海、夏祭りに花火と夏ならではの楽しみがいっぱいです。子どもたちは、暑さに負けず大好きなプール遊びや運動遊びを楽しんでいます。しかし、夏は体力の消耗が激しい季節です。水分補給に気をつけてプールや外遊びの後は、休養・睡眠を心がけ、また、毎日の食事ですっかり栄養を摂るようにしましょう。

## ○きりん組・ぼんだ組 メロン狩り○

メロン狩りに行きました。苗を植えたメロンがたくさん大きくなっていて、大喜びの子どもたちでした。一人一つずつメロンを採らせて頂き、椋本さんが作ったお米サイダーも頂きおやつでサイダーとメロンを食べました。「おいしい〜！」とたくさんおかわりをしていた子どもたちでした。



大きなメロンが採れました



「重いよ〜」



収穫の喜び



「お米サイダーシュワシュワしておいしいね」



大きな口でパクリ！

## ○こあら組 ピーマンの収穫○

ピーマンの生長をずっと楽しみにしていた子どもたち。収穫の時は一人ひとりはさみで切って収穫しました。給食のメニューで収穫したピーマンが入っているのを見つけると、とても喜んで食べていました。



慎重にハサミを入れました



とても真剣な表情



「大きなピーマンできた！」

## ○うさぎ組 トマトの収穫○

トマトの収穫をしました。5月から苗を植えてから「はやくできないかな〜」「トマトならないね」と楽しみにしながら、毎日水やりに取り組んでいた子どもたち。赤い実がなると「できてる！」「トマトになったよ！」と大興奮で収穫してくれました。



「トマトできるかな」



「できてた！」



「トマトとれたよ」

## ○7月のお誕生会○



焼きもろこしごはんランチ



7月生まれのおともだち