



食育だより

気温も高くなり、夏本番も目前です。これから季節、暑さから食欲が落ちやすく、疲れもたまりやすくなります。今から暑さに負けない体づくりをしていき、夏ならではの遊びを思いっきり楽しみたいと思います。夏が旬の野菜、きゅうり、トマトなどを食べると、体の熱を取り涼しくなるといわれています。冷たいジュースやアイスクリームもよいですが、おやつに野菜を取り入れてみるのもいいですね。工夫して、暑い夏を元気に乗り切りましょう。

○さつまいもの苗植え（ぱんだ組・きりん組）○

始めに、椋本さんに苗の植え方を教えてもらいました。その後、苗を一人二本ずつ頂き、順番に植えてきました。土を掘って苗を植えることに苦戦する子もいましたが、保育教諭や友だちに手伝ってもらいながら上手に植えることができました。植えた苗が並んでいる様子を見て、収穫できる日を心待ちにしている子どもたちです。



話を聞いているところ



一人ずつ苗を植えました



○お泊り保育 カレー作り（きりん組）○

初めて包丁やピーラーを使う子が多かったですが、丁寧に使うことができました。子どもたちの大好きなカレーを作り、みんなで食べることができて嬉しそうでした。



スーパーへ食材を買いに行きました



ピーラー使用中



夏野菜カレー



お腹いっぱい食べた楽しい夕食でした



甘くておいしい芋ができますように



パプリカチャーハンランチ



6月生まれのお友だち

○6月のお誕生会○