

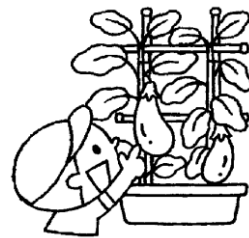


食育だより

梅雨も明け気温も高くなり夏本番です。これからの季節、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しょう。工夫して暑い夏を元気に乗り切りましょう。

夏野菜の収穫

こあら組・ぱんだ組・きりん組が夏野菜の収穫をしました。毎日みんなで水やりを頑張り、野菜が少しずつ大きくなる様子に驚いたり、野菜の生長に喜びを感じる姿が見られました。「大きくなってかな～見に行こう!」と友達や保育教諭と一緒に畑まで見に行き、楽しみや期待を抱きながら大切に育てることができました。沢山収穫する中で、達成感を感じたり、給食に入っている自分達で育てた野菜を探し、嬉しそうに食べる子どもたちの姿がありました。



こあら組 (ピーマン)

ぱんだ組 (きゅうり)

きりん組 (ナス)

お泊り保育 カレー作り (きりん組)

お泊り保育でカレーを作りました。お泊り保育に向けて、カレーの作り方をお家の人に聞いたり、レシピを持ち寄って作り方を確認したりしながら、この日を迎えました。各グループごとにカレーに入れる食材を事前に相談して決めていました。包丁やピーラーの使い方など調理員さんに教わりながら、野菜を切ったり丁寧に皮を剥くことができました。自分たちで作ったカレーは一段と美味しく、大満足の子もたちでした。



買い物に行きました



カレーを煮込んでいます



美味しく食べました



6月のお誕生会



中華プレート



6月生まれのお友達