



# 食育だより



8月に入り夏本番です。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。暑さで生活リズムが乱れないよう早寝、早起き、三食をきちんと取り、健康的な生活を送りましょう。

## とうもろこしの皮むき

おやつや給食に使うとうもろこしの皮むきをしました。何枚もある大きな皮に、少し苦戦しながらも頑張る姿が見られました。少しずつ粒が見え、綺麗に剥けた時には大喜びの子ども達でした。皮むきをした翌日には、みんなで美味しく食べました。



一生懸命皮をむいています



たくさんひげが取れました

## 海の合同勉強会（海鮮バーベキュー）

海老、ホタテ、ししゃもなどの海でとれる食べ物を食べました。「食べた事ない」と躊躇する子もいましたが、食べてみると美味しかったようで「美味しい！」「バーベキュー最高！」と大喜びでした。お肉やウインナーも食べて、たくさんおかわりして大満足の子も達でした。



テラスで焼いている所を見ました



色々な種類の海鮮を食べました



## ○7月のお誕生会○



こぎつねごはんランチ



7月生まれのおともだち

## 冬瓜とのふれあい

給食で使う冬瓜に触る体験をしました。大きな丸い冬瓜に驚きながらも、怖がることなく触れることができました。叩いて音を聞いたり、転がしたり、抱っこをして持ち上げようとするも見られました。また、匂いを嗅いだりして興味深く観察することができました。



たくさん触りました



音が鳴るのを楽しみました