



# 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

おやつや給食で使われるとうもろこしの皮むきをしました。皮を力いっぱい引っ張り、真剣な表情で取り組んでいました。そして、粒が見えてくると、「あ！とうもろこし出てきた！」と大喜びな子どもたちでした。ひげも最後まで綺麗に取ることができ「もじゃもじゃ〜！」と言っていた姿はとても可愛らしかったです。その日から給食にとうもろこしが入っていると、「とうもろこし入っとる！」と喜んで食べています。



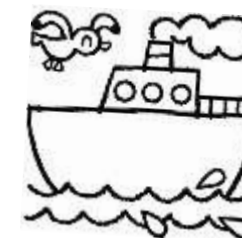
一生懸命皮をむいています



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）



バーベキューでは、ししゃも、えび、ホタテ、お肉を食べました。焼いているところを見学し、いい匂いがしたり、色が変わったりする様子に気付くこともできました。初めて食べる食材もあったようですが、よく食べ、美味しさを味わいました。また1つ、海を身近に感じられたのではないかと思います。



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○



焼きもろこしランチ



7月生まれのおともだち