



# 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、3食をきちんと取り、健康的な生活を送りましょう。



## 冬瓜とのふれあい

ひよこ・りす・うさぎ組が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、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姿も見られました。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。



音が鳴るのを楽しみました



たくさん触りました



## とうもろこしの皮むき

うさぎ組がおやつで使うとうもろこしの皮むきを体験しました。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。粒が見えてくると、「とうもろこし出てきた！」と大喜びな子どもたちでした。



一生懸命皮をむいています



ひげや皮がいっぱい



## 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、いか、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

## 〇7月のお誕生会〇



焼きもろこしランチ



7月生まれのおともだち