



春めいてきました

少しずつ寒さが和らぎ、春の気配が感じられるようになりました。

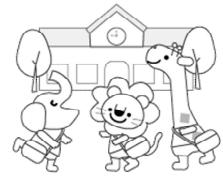
早いもので今年度も残り1か月。4月に比べて心も体も大きく成長した子どもたち。給食を通じて食への興味や関心が育っていただろうれしいです。

「食育」とは、さまざまな経験を通じて、「食」に関する知識と、バランスの良い「食」を選択する力を身に付け、健全な食生活を実践できる力を育むことです。家庭や保育所での食事の経験が豊かな食の体験を積み重ね、楽しく食べる体験をとおして食への関心をはぐくんでいきます。

春から新しい生活がスタートする子どもたちにも、ひとつ進級する子どもたちにも、これからも「食べること」を楽しんでほしいと思います。

食育によって身につけたい「食べる力」

- ★心と身体の健康を維持できること
- ★食事の重要性や楽しさを理解すること
- ★食べ物を自分で選択し、食事づくりができること
- ★家族や仲間と一緒に食べる楽しみを味わうこと
- ★食べ物の生産過程を知り、感謝する気持ちを持つこと



これらは、子どもたちから家庭や学校、地域など様々な場所で学び、身に付けていくものです。そして、大人になってからも生涯にわたって実践し、育み続けていくものです。

※政府広報オンラインより抜粋



春野菜の季節です。

3月は、えんどう豆、ふきなどが旬の春野菜として登場します。菜の花も含め、独特の香りや味が特徴なので苦手なお子さんもあると思います。無理に食べることはありませんが、季節を感じ、体験を重ねて食の世界を広げていってほしいと思います。（保育所では、豆むきやすじとりを子どもたちにしてもらい、給食に使用しています。）

