



食育だより

プリスクレールディゾアンジェ戸塚安行 2021年 5月号

もうすぐこどもの日。兜やこいのぼりを飾ったり、柏餅やちまきを食べて、子どもの成長を願うお家もあるのではないのでしょうか。子どもたちにはいっぱい遊んでいっぱい食べて、心身ともにすくすくと育ててほしいと願っています。



行事食

*5月6日*こどもの日

給食：ご飯・鯉のぼりの卵焼き・春キャベツのおかか和え

花麩のすまし汁・バナナ

おやつ：鯉のぼりサンド



楽しい食卓を心がけて

子どもの食が進まないといらいらしてしまいがちですが、楽しい食卓にするには、まず大人が食事を楽しむことが大切です。子育てや仕事をしながら毎食きっちりと作って食べようとすると、とても慌ただしくなります。ときには料理の手を抜くことがあってもかまいません。食べることをゆったりと楽しめる時間づくりを心がけましょう。

4月の食育活動報告

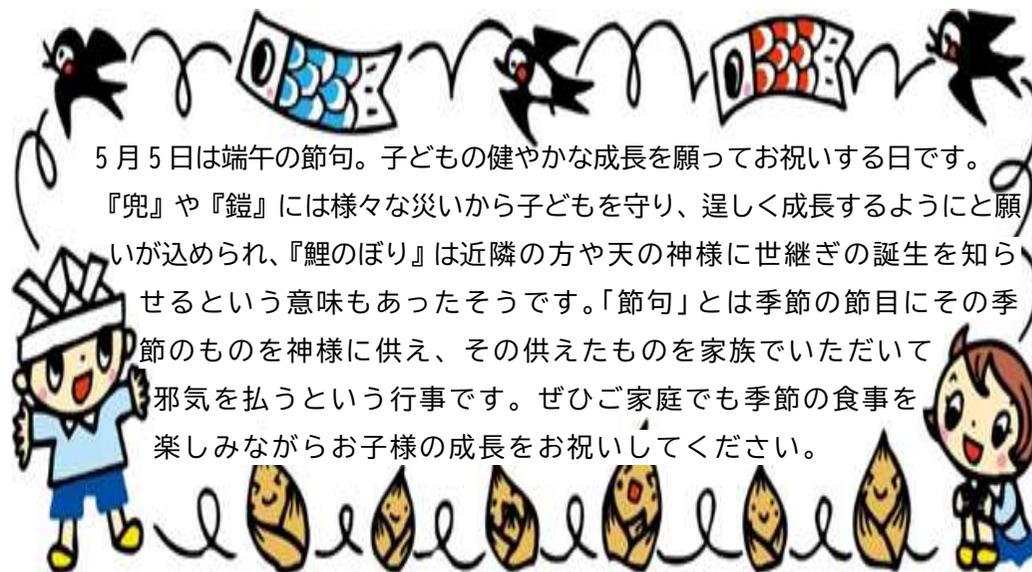
*給食室見学：かめ、らっこ、ペンぎん、まんぼう、いるか、くじら組

大きなお鍋や調味料のボトル、たくさんの野菜、お魚、お肉を見せると「見せて見せて」と興味津々でした。幼児組さんには大きな調味料ボトルを持てるか試してもらい、力持ちアピールもしてくれました。見学後の給食はいつもよりたくさん食べてくれてうれしかったです。

*ペットボトルじょうろ作成：くじら組

5月から始まるなすとピーマンの栽培に向けて、ペットボトルでオリジナルのじょうろを作成してもらいました。マジックで絵を書いたり、シールを貼ったりしてお気に入りのじょうろが完成しました。とても楽しそうに作業してくれている姿をみて、こちらまで楽しい気持ちになりました。

水やりも楽しく行ってくれたら嬉しいです。



5月5日は端午の節句。子どもの健やかな成長を願ってお祝いする日です。

『兜』や『鎧』には様々な災いから子どもを守り、逞しく成長するようにと願いが込められ、『鯉のぼり』は近隣の方や天の神様に世継ぎの誕生を知らせるという意味もあったそうです。「節句」とは季節の節目にその季節のものを神様に供え、その供えたものを家族でいただいて邪気を払うという行事です。ぜひご家庭でも季節の食事を楽しみながらお子様の成長をお祝いしてください。