

もぐもぐだより

なかよし園では毎月、食材や食事、体を元気にするには…などの話をする「食育の日」を設けています。その中の取り組みや子どもたちの様子を紹介します

4月 “いただきます・ごちそうさまの意味を知る”

みんなが食べるまでに、『生産する人(農家や漁師、畜産農家など)・集めて加工する人、運ぶ人また、店で売る人・それを調理するたちがいて食事ができる』など沢山の方達が関わっている事を紙芝居やパネルなどを見ながら子どもたちと一緒に話しました。園で給食を作っている先生方も紹介しました。



旬の様々な食材が使われている給食です♪



5月 “適切な水分の取り方を知る”

体の中には沢山の水分がある事、その水分が減ると体はどうなるか…を皆んなで問いかけながら、水分補給の大切さを伝えていきました。



体の中にはどのくらい水分があるかな〜？

水を飲まない
と、頭が痛くなった
りふらふらしたりしま
す



夜は？しっかり寝る。
朝ごはんは食べる？
食べない？

6月 “食後の歯磨きやうがいの大切さを知る”

看護師より歯に関するクイズや歯ブラシの持ち方などの話を聞き、鏡を見ながら歯磨きの練習をしました。先日園でも歯科検診がありました。



鏡で歯
を見ながら磨いて
みてね



2歳児さんもお兄さんお姉さんたちを見ながら歯磨きの真似をしていました



にんじんの再生栽培



GW明けに近所の農家の方からにんじんをいただきました。皆で観察する中で、去年のきりん組さんが、にんじんのヘタから花を咲かせていたのを思い出し「やってみたい」と挑戦することにしました。

子どもたちと話し合い、葉っぱをつけたヘタを水につけたり、ヘタだけを水につけておくなど、どれが一番育つか試してみることにしました。



子どもたちは毎日、世話をしながら生長を観察していました。

ある日、いつもの水換えをしようとしたところ、小さな葉が伸びていることに気づきました。「葉っぱの赤ちゃんだ！」と指の先でそっと触れながら「ふわふわする」「ちょっと気持ちいいかも」とつぶやき、繰り返し触れていました。これからも世話を続けながら皆で生長を見守っていきたいと思います。

