



給食だより 9月

杉戸みちのこ保育園
令和4年9月1日

夏の暑さも和らぎ、すっかり秋の季節を感じる頃になってきました。本格的な秋の訪れに、昼夜の気温差が大きい季節でもあるので健康面には十分気を付けていきましょう。

五感で食事をたのしもう



幼児期にこそ五感を鍛えたいという話はよく聞きますが、五感を鍛えることは子供の成長にとっても良い影響を与えてくれます。五感とは、「視覚・聴覚・触覚・味覚・嗅覚」の5つの感覚機能で、脳をバランスよく発達させ、想像力の豊かな子を育てるために幼児期に意識的に五感を刺激することが大切だと言われています。



視覚 お手伝い隊に出動してもらおう!

子供だけで完結できる作業を任せてみましょう。「盛り付け」のお手伝いが最適です

聴覚 料理の音を聞いて表現を増やそう

トントンと食材を切る音、煮込む時のグツグツという音料理の音を意識することで表現能力が増します。



触覚 素材に触れよう



自分で作った野菜は嫌いな物でも食べるようになる実際に触って育てることで食物を大切に思えます。

味覚 何が入ってるでしょうクイズ



毎食の食事に何が入っているかクイズにして出すと目で確認したり匂い嗅いだり意識してもらいます。

嗅覚 今日のご飯はなんだ?



「臭い」は記憶や感情に瞬時に結びつくものです。嗅覚は人間形成で1番の感覚機能なのです。

今月の郷土料理

- 岩国寿司・・・山口県
- ままかりの南蛮・・・岡山県
- 煮ごめ・・・広島県
- シジミ汁・・・島根県
- <おやつ>
- 広島風お好み焼き・・・広島県

中国地方



食育活動



らいおん組は9日に十五夜に飾るお団子作り、13日におはぎ作りをします。ぞう組も13日におはぎ作りを予定しています。くま組は20日にゼリー作りに挑戦します。うさぎ組はスプーンの練習を兼ねて20日にゼリーすくい食育を行う予定です。9月は盛りだくさんの食育を予定していますので楽しみにしてください。

