



なかよし食育だより 12月

食育への取り組みは、毎日の給食を、楽しい雰囲気の中で、おいしく食べることを大切に進めています。

また、地域に根差した保育園を目指すうえでかせない、地産地消への取り組みを大切に、安心安全な旬の食材を手間暇愛情を掛けて調理しています。特に乳児については個別的な配慮を要したり、お腹が空くリズムを作っていくことで、より一層おいしい給食をいただきます。

楽しい給食の時間

心の栄養を摂ることも食事の重要な役割です。楽しい食事の思い出は、メニューや味とともに、一緒に食べた人も大きく心に残っています。現在ひとりぼっちで食べる「孤食」やみんなが別々のものを食べる「個食」が問題になる中、仲の良い友達や先生と一緒に楽しく食べる習慣は、今後の食生活を営んでいくうえでとても重要なものになります。保育園では給食の時間をしっかりと、クラスみんなで「おいしいね(^^)_U~」を大切にしています。

食育推進は職員から

食育は園全体で取り組んでいく活動であり、職員全体が給食をはじめとした食育に対する理解を深めていく必要があります。そのため、保育士と調理員との意見交換や交流はもちろん、給食は園全体でいただきます。栄養士・調理員がこども達と一緒に給食を食べることで、こども達も給食を作る先生を近くに感じる環境を大切にしています。

地産地消

スポキッズなかよし保育園では、地産地消に取り組んでいます。地産地消の最大のメリットは、地元的新鲜な野菜が手に入り、旬の野菜をおいしく食べられること、生産者の顔が見える安心感もあります。また、地域ならではの農産物を知ること地元独自の調理法や食文化を知るきっかけの繋がります。地域の方に見守れ、地域で作られた食物で育つという、温かさをこども達に感じて欲しいという願いを込めています。

さらに、地域で作られたものを地元で消費することで、環境問題や食糧問題の解決にもつながります。

お腹がすくための生活リズム

乳幼児期の成長に必要な栄養をしっかりとるためには、食事の時間にちゃんとお腹がすいていることが大切になりますし、おいしく食べるためにも空腹はとても大切です。保育園は午前中の活動では思いっきり体を使って遊び、給食の時間にしっかりとお腹が空くような保育を行っています。

専任の栄養士が管理

園では専任の栄養士の管理のもと、こどもの発達に合わせ、多種類の食材を使った献立を作成し、調理しています。一人ひとりと向き合った愛情たっぷりの給食は、とても温かくて優しい味に仕上がります。また、必要やご希望に応じて、離乳食や幼児食の進め方など、食材から環境についてのアドバイスまで、個人的な対応もいたしますので、お気軽にお声がけください。

お知らせ 12/15
焼き芋屋さん開催します

