



給食だより



北平田保育園 平成30年3月19日 No.12

早いもので、今年度も残すところあとわずかになりました。もうすぐ年長さんは卒園を迎えます。残り少ない園での生活を明るく楽しく過ごして欲しいと願っています。



「食育習慣」定着チェック



食育は、毎日繰り返される生活の中で、子どもが食事の役割を正しく理解し、自らの生活力をどう習慣化していくかがポイントになります。子どもの良きライフコーディネーターとして、食育がどう定着しているか、次のリストの中で当てはまるところに○をつけましょう。「いいえ」が少なくなるように子どもと一緒に取り組んでみてください😊

実践!! 食育チェックリスト（家庭用）

- | | |
|--|---|
| ①食事は毎日、決まった時間に食べるようになった。
「はい」・「いいえ」・「前から」 | ②よくかんで、味わって食べるようになった。
「はい」・「いいえ」・「前から」 |
| ③バランスよく、何でも食べるようになった。
「はい」・「いいえ」・「前から」 | ④旬の食材を選んで食べるようになった。
「はい」・「いいえ」・「前から」 |
| ⑤1日1食は、家族そろって食べるようになった。
「はい」・「いいえ」・「前から」 | ⑥食事作りを手伝うようになった。
「はい」・「いいえ」・「前から」 |
| ⑦はしや食器を正しく持って食べるようになった。
「はい」・「いいえ」・「前から」 | ⑧食事の準備や、後片付けを手伝うようになった。
「はい」・「いいえ」・「前から」 |
| ⑨おふくろの味を理解し、食べるようになった。
「はい」・「いいえ」・「前から」 | ⑩行事と食事の関係を理解し、食べるようになった。
「はい」・「いいえ」・「前から」 |
| ⑪食卓でのルールやマナーを守り、和やかな雰囲気の中で食べるようになった。
「はい」・「いいえ」・「前から」 | ⑫五感を使って食べ、おいしさや楽しさを表現して食べるようになった。
「はい」・「いいえ」・「前から」 |

お別れ会

年長さんとの最後の会食をしたよ(^^♪



私たちは「食」を通して子どもと触れ合い、日々の成長を感じることができました。食べる事が子ども達の楽しみの一つになり、食に興味を持ってもらえたら嬉しいです。