

4月号 えいようしだより



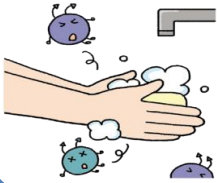
湯梨浜町役場 子育て支援課
栄養士 宮本
電話 35-5354
FAX 35-3697
メール ykosodate@yurihama.jp

ご入園・ご進級おめでとうございます。好奇心でいっぱいの笑顔、不安でいっぱいの泣き顔など新しい環境に子どもたちもいろいろな気持ちを抱いていることでしょう。栄養士だよりでは、ご家庭にお伝えしたい『食』に関する情報を発信していきたいと思ひます。
今回のテーマは、「安全でおいしい食事で心と身体の健康を！」です。

安全な給食づくりのために

○衛生管理の徹底

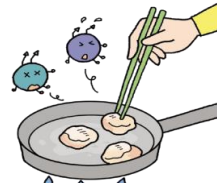
免疫力が未発達な乳幼児は、食中毒菌に感染すると大人よりも重症化しやすく、命に関わるケースもあります。そのため、園の給食づくりでは、徹底した衛生管理を行っています。



つけない



増やさない



やっつける



おいしい! と感じるために

「食べるきっかけ」を大切に する

繰り返し、刺激にさらされると、その刺激への親近感が増すことがわかっています。これは「見れば見るほど好きになる」ということです。園では、食べ物を身近に感じられる体験を大切にしています。

「食べる意欲」を育てる働 きかけ

友達との会話や友達が食べる姿を見ること、そして保育士の態度や励ましは、子どもたちの「食べてみよう」を育みます。また、実際に食事作りに関わったり、給食を作る人と触れ合うことも大切にしています。

空腹を感じるリズムづくり

おいしく食べるためには、空腹を感じ、それを満たす心地よさを知ることが大切です。園では、規則正しい生活の中で、体を十分に動かすことができる時間を設けています。

五感への配慮

おいしいと感じてもらうためには、子どもたちの五感に配慮し、嫌悪感を減らしながら、食への興味関心を高めることが重要です。



「給食だより」「給食サンプル」の活用について

子どもたちのために考えられた幼児用の献立を「給食だより」として毎月コドモンにて配信をしています。また、各園の玄関には給食サンプルの展示もしてあります。給食の内容を家庭の食事の参考にさせていただきながら、園と家庭で協力して子どもたちの健康を守っていきましょう♪

- ☑子どもがおいしく食べられる料理の組み合わせがわかる!
- ☑1食分で摂取したい量がわかる!
- ☑必要な栄養素(量)を補うことができる食材の組み合わせがわかる!
- ☑給食で使用されている食材がわかる!
- ☑その日の給食献立を確認し、朝食や夕食に違う食材やメニューを選ぶことで食事のバランスがアップします!

