



令和4年3月 社会福祉法人 雫石保育園

今年度も残すところ1か月となりました。

ぽかぽかと日差しが暖かく感じられる季節になってきました。1年間で心身ともに大きく成長した子どもたち。

毎日の食事の中でも成長を感じる瞬間があったのではないのでしょうか。

進級に向けて、生活リズムや食事のバランスを見直してみましょう。

お手伝いが食育になるの？

幼少期後半ごろから買い物や食事作り、後片付けをすることで『この料理はこんなものを使って
いるんだ!!!』と食材に気付き、食への興味・関心が高まったり、使った調味料と出来上がった
料理の“甘い”“しょっぱい”など味が繋がったりすることもあります。また、普段食べないもの
でも自分で作ったものなら食べてみようというきっかけになることもあります。

どんなお手伝いをしたらいい？

野菜の下処理
(皮むきやヘタ取り)

生卵を割る・
ゆで卵の殻むき

包んだり・
巻いたり、、、
(おにぎりや餃子、
手巻き寿司など)

食器を並べた
り、料理を盛り
付けたりする

メリ
ツ
ト

- ・食への関心を持つきっかけになる
- ・親子のコミュニケーション
- ・責任感が持てるようになる
- ・手伝いを習慣化することで、食の自立が早くなる
- ・料理を通じて五感を育てる



青組さんの皆さん、ご卒業おめでとうございます。

保育園での生活はどうでしたか。お友達や先生たちとの楽しい思い出がたくさんあると思います。

4月からはよいよ1年生ですね。新しい環境で不安もあるかもしれませんが、新しいお友達や先生たちと楽しい学校生活を送ってくださいね。

小学校でも好き嫌いせずになんでも食べて元気いっぱいたくさんの方にチャレンジして頑張ってください!!応援しています☺

〈放射性物質測定結果〉

東日本大震災以降、雫石町の給食施設では使用食材の放射性物質濃度測定を行っています。

1月 雫石保育園使用食材 放射性物質は検出されませんでした。