



きゅうしよくだより



令和7年度
浜岡幼保園
担当 後藤能理子

《8月のとんとんきゅうりクッキングの様子です》

3、4、5歳児で、のし棒を使ってきゅうりを叩いて漬物風にして、お昼に食べました。

トントンたたくと、音が出て、きゅうりの形が変わっていく事にも気づき、みんなから「すごい」と歓声が聞かれました。

夏の暑さもまだまだ続きそうですね。夏の疲れもたまり、体がだるくなったりと、疲れが出やすい時期です。
ご飯をしっかり食べ、夜はなるべく早く体を休めましょう。



9月1日は「防災の日」です

9月1日は関東大震災が発生した日であることから、「防災の日」となりました。園では災害を想定し十分な備えをしていますが、ご家庭でも食料の備蓄や避難方法について確認しておいてください。



離乳食

食事の進め方のポイント

- その子に合ったペースで。
- 体調の様子を見ながら進める。
- 食べる時間を楽しい雰囲気。



たたきぞー！

とんとんとん！

食のお悩み Q&A

よく噛まない

やわらかいものばかりを食べていると、噛む力が育ちません。根菜など歯ごたえがあり、噛むことで味わいが楽しめる食材を取り入れ、「噛むといい音がするね」「よく噛んだらおいしくなるね」などと声かけをしながら、よく噛んで食べる習慣をつけましょう。よく噛むことで食べる喜びを感じられるといいですね。

