

給食だより

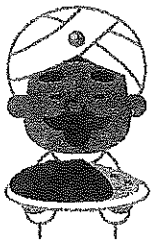
認定こども園 つるがしま白百合幼稚園
2019年（令和元年）6月号



新年度が始まり、2か月が経ちました。子ども達も少しずつ給食の味や雰囲気慣れてきてきているのかなと感じています。苦手なものもあるかと思いますが、無理のないようにチャレンジしてくれたら嬉しいなと思っています。

そろそろ梅雨の季節です。じめじめとした天気が続くこともあり、気温・湿度とも高くなり、体調を崩しやすくなります。さらに、食中毒には特に注意が必要な時期でもあります。食中毒予防の基本は、『手洗い』です。きちんとした手洗いを習慣付けていきましょう。給食室でも徹底して参ります。

6月のお誕生会メニューは“カレーライス”です😊



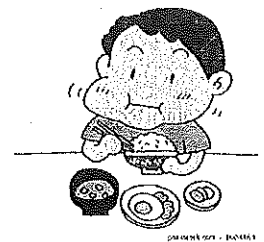
6月14日のお誕生会では、年長クラスのお友達が、カレーライス作りのお手伝いをしてくれる予定です。エプロンと三角巾を身に着け、ピーラーと包丁を使い、じゃがいもと人参の皮を剥き、切ってもらいます。ケガをしないように、先生のお話をよく聞いて進めていきましょう。皆で作ったカレーライスは美味しいこと間違いなし！！楽しみですね♪

6月4日は『むし歯予防デー』です

歯は、一生使い続ける大切なものです。むし歯や歯の病気になると、食べものをよく噛む事が出来なくなり、身体に必要な栄養が摂れなくなってしまいます。これを機に、歯の大切さを見直しましょう！

また、よく噛むと、歯の病気を予防したり、脳を活性化させたり、肥満を予防したり、消化を助けたり、味覚の発達を助けたり…と色々な効果があります。

「噛む」機能や能力は、人間が生まれてからの学習によって習慣化し、身に付いていくものです。「しっかりと噛む」ということは、身体の健全な発育に欠かせない大切な生活習慣で、乳幼児期からしっかりと身に付けることが大切です。しかし、ただ噛む回数を増やすことを押し付けるだけでは習慣化できません。楽しくおいしく食べ物を味わうことで、生活習慣として「よく噛む」習慣を身に付けていきましょう。



食事は毎日欠かせないものです。お子様のお食事でご心配なことや気になること、伝えておきたいことなど・・・何かありましたら、給食室へお声掛けください。