









# 食育だより

令和3年3月  
太田東保育園

暖かな日が続き、桜の花もいつもより早く満開です。  
一年前のこの時期はまだ出来ないことも、今ではすっかり出来る  
ようになりました。子どもの成長は本当に早いですね。

一年を振り返ってみましょう！  
さあ、みんなはいくつできたかな？

① 毎日朝ごはんを 食べた 	② 「いただきます」 「ごちそうさま」が しっかりできた 	③ 一日3食残さず 食べた 	④ 4色の食べものを バランス良く食べた 
⑤ 良く噛んで食べ た 	⑥ 苦手なものも頑 張って食べた 	⑦ 食べられるもの が増えた 	⑧ みんなで仲良く、 楽しく食べた 

離乳食から幼児食へ、噛めなかったものが噛めるようになったり、  
苦手なものも食べられる量が増えたり、食の面でも毎日少しずつ成長  
していく子どもたち。いろいろなことを我慢したり、失敗したり、  
一生懸命頑張りました。食べられることで経験できる食体験をもっと  
増やしてあげたいですね。さあ、おいしいごはんを食べて、元  
気いっぱい遊びましょう。

## \*食育の日\*

今年度最後の食育の日は「食器の並べ方」についてです。  
毎日の給食の準備でおぼんの上に食器をならべます。年度初めのころにも  
お話ししているので、しっかり覚えられているかクイズにしてみました。  
さあ、いくつ答えられるかな？

まずはピンクのおぼんを置きます。  
さあ、お箸はお盆のどこに置くでしょう？

(答え) おぼんの下の方(手前側)

続いて、ごはんとお味噌汁を置きます。右と左どちらにごはんを置くでし  
ょう？

(答え) 左にごはん(右にお味噌汁)

最後にみんなの大好きなおかずのお皿はどこに置くでしょう？

(答え) おぼんの真ん中の上

さあ、いくつ答えられたかな？  
毎日、少しずつ覚えて、今では自信を  
持って答えられると思います。  
ぜひ、お家でもきいてみてください。

