



# 給食だより

令和8年 6月 1日  
認定こども園 深江幼稚園  
給食室

## 6月は食育月間です

健康な心と体を育てるためには、食育を通して望ましい食習慣を身に着ける事が大切です。和やかな雰囲気の中で、周りのおとなや友達と食べる楽しさを味わったり、さまざまな食べ物への興味や関心をもったりする事で、食の大切さを知り、自ら食べようとする気持ちが育ちます。



## 6月20日は保育参加です。

6/20(土)は保育参加です。こども達の園での様子をご覧になって成長を感じられるのではないのでしょうか。6月の保育参加ではきりん組さんのみ、給食試食会を予定しています。当日のメニューは野菜を沢山使っていても喜んで食べてくれる人気メニューです。楽しみにしててください。そこで注意事項ですが、お席と給食は各家庭保護者一名のみのご用意しか出来ません。たとえ、お弁当など持参されても、席の用意は出来ませんので小学生等の兄弟の参加はご遠慮ください。



## 正しい姿勢で食事をしましょう

食事をする時は、食器を持って、箸やスプーンを使い、食べ物を口に運び、噛んでのみ込みます。この一連の動きを支えるのが正しい姿勢です。まず、正しい姿勢を知って身につける事が大切です。時々、椅子に浅く腰かけたり、お尻が前過ぎて背中をのけ反らせたり、椅子の上に片足を乗せたりする子を見かけます。特に多いのが箸を持っていない方の手を下げたまの子です。



### 座り方をチェックしてみましょう

- 顔を前に突き出している
- 背中が丸まっている
- いすの背もたれに寄りかかっている
- 足を組んでいる
- 足の裏が床についていない
- 片足をいすにのせている
- 頬杖をついている

### あるクラスの給食風景

進級して、机や椅子、お皿やカップが変わり、お食事のご挨拶も難しくなりました。「いただきます」から「お食事のご挨拶、おいしい給食いただきます」と変わりましたが、上手に言えます。いろんな食材が苦手だった子が一日ごとに「これ食べてみよう」と自分から口に運び、食べられる物がどんどん増えていくと、笑顔も増えました。始めて完食できた日は、みんなでハイタッチして喜びました。これからの給食時間が楽しい時間になってくれると嬉しいです。