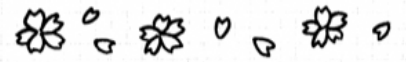


先月は2月とは思えない暖かい日もあり、寒暖差が大きく体調を崩しやすかったのではないのでしょうか。梅が咲き始め、春野菜も出回るようになりました。春の訪れがもうすぐそこまで来ていることを感じます。

今年度も残すところあと1か月になりました。食事の様子を見に行くとどのクラスも春よりも食べる量が増えました。5歳児のみんなは卒園を迎えます。8日のお別れ会は5歳児のリクエスト給食となっています。保育園の給食がみんなの楽しい思い出になってくれたら嬉しいです。

こどものやる気を育てよう！



進級や入学に期待をもっている子どもたち。この1年で色々な成長をみせてくれました。

日々の給食でも・・・自分で食べられるようになった！食べられるものが増えた！一緒に食べるの楽しい！スプーンが使えるようになった！苦手だけど少し食べられた！自分で料理を作れた！などいろんな姿が見られました。食事の場面でも子どものやる気が出て、気持ちよく食事ができるような見まもり方や声かけや対応を心がけましょう。期待に胸を膨らませている今、また新たな成長をみせてくれる時かもしれませんね。

盛り付けの時



- ×「もっと減らす？」
- 「どれくらい食べられる？」
- 「食べられる」というプラスの声かけで食べようという気持ちを待てるように。

苦手なものが残ってしまった時



- ×「また、残すの？」
- 「食べられる時もあるんだよね！」
- 食べられた時の事を思い出して、次はまた食べられるような声かけを。

お手伝いの時



- ×「こぼさないでね！」
- 「ちゃんと持てるかな？気をつけてね！」
- 「ちゃんと持つ」というイメージが待てるように。

食事の姿勢が悪い時



- ×「また、背中曲がってるよ！」
- 「背中を伸ばすとしっかりおなかに入るよ」
- 「背中を伸ばすとかっこいいよ」

健康な体を作るために色々な食べ物をしっかり摂ってほしい反面、乳幼児期はまだまだ食べる経験が少なく苦手なものが多く、食べムラも大きい時期です。新たな食べ物への恐怖からなかなか口に出来ないこともあります。周りの人がおいしそうに食べる姿や心に響く言葉や関わりは自ら「食べてみよう！」と思うきっかけにもなります。誰とどんな風に食べるかで味も気持ちも全く変わってきます。一緒に食べたり、食事作りを見たり、お手伝いなど食事に関わることで「かっこいい姿を真似したい！」「どうやって作られているのかな？」など食への興味や関心も育ってきます。一緒に食べていても「全部食べなきゃだめよ！」「箸の持ち方が違う！」といつも厳しい言葉や小言ばかりだとやる気が失われることもあります。

一緒に食事の準備をしたり、食事のマナーも伝えながら、食卓での会話や雰囲気を楽しみながら心と体の栄養をいただきましょう。子どもたちが食事に意欲的になれるような関わりをしていきたいですね。

3月3日はひなまつり！

ひなまつりには、昔から、ちらしずしや、はまぐりのお吸い物を食べる習わしがありますね。ちらしずしのえびには、「長生き」、れんこんには、「見通しがきく」、豆には、「健康でまめに働ける」という、縁起かつぎがあります。はまぐりには、2枚の貝がらが、ぴったり合う様子から、「夫婦なかよく」の意味があり、昔は、花嫁道具として、持たせていたそうです。女の子の幸せを願った行事食ですね。保育園では、3月1日の昼食でちらしずしを提供します。



今年度はここ数年できなかったクッキングなどの食育活動を行うことができました。1月2月の初めは感染症などの流行で中止をすることもありましたが後半は色々な活動が行えました。

0歳児…人参に直接触れてみたり、みかんやりんごを目の前でむいてみせました。

1歳児…チーズおかかおにぎりを目の前で作りました。かつお節はみんなで味見もしてみましたよ。握ってあげるとみんな食べることができました。

2歳児…鶏肉の塩こうじ焼きを給食の前にフライパンで焼きなおして見せました。

いい香りが漂い、温かいお肉に美味しさ倍増！普段苦手な子も食べてくれました。

3歳児…お団子を作りました。白玉粉と上新粉に水を加えて捏ねるのをみて、自分たちで丸めましたのどに詰まらないようにまん丸じゃなくてつぶすこと。よく噛んで食べることもお話ししました。ゆでる様子も気をつけながらよく見ていましたよ。目の前で混ぜたきなこ、砂糖、塩は最後にはみんながかけることができておいしく安全に食べられました。

4歳児…ホットビスケットを作りました。ホットケーキミックスに生クリームを混ぜて作ります。

生地は自分たちで好きな形にしました。どうやって作るかわかった！の声も聞こえましたよ。給食室で焼いてもらっている間もまだかな～と待ち遠しいようでした。

5歳児…3月にカレーライス作りを予定しています。6月に1度カレーを作りましたが今回は隠し味を入れたりも考え中だそうです。お楽しみに！

このような活動には給食委託業者の一富士さんも積極的に参加してくれています。直接触れ合うことで子どもたちの様子や成長を感じる場にもなっています。日々の給食も子どもたちの成長に寄り添って作ってくれています。

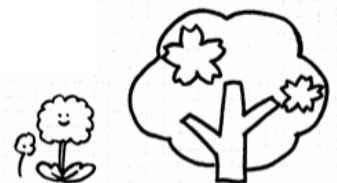
【今月の献立変更】

所沢の公立保育園19園は統一の献立になっています。

毎月の献立変更はきゅうしょくだよりで毎月お知らせしていますが

今月は、献立の交換や変更が多くなってしまった為、

変更済み山口保育園として献立表を出させていただきました。ご理解いただきますようよろしくお願いいたします。



【給食費についてお知らせ】

物価高騰の影響で給食に使用する食材費も値上げが続いています。

そのため、R5.4~R6.3の給食食材費について国の補助金を受けることとなりました。一人あたり月710円程度の補助を受けることとなります。手続き等は必要ありません。