

食育だより

H28年6月

赤前保育園

さくらんぼ分園 給食室

たねまき たのしかったね

5月13日に「トマト・きゅうり・なす・人参・ピーマン・かぼちゃ・ラディッシュの種まき、苗植え」をしました。最初は戸惑っていた様子でしたが、先生に植え方を教わると、積極的にがんばりました！先日お配りしたカゴメからのトマトの苗も、たくさん実を結んでくれるといいですね。



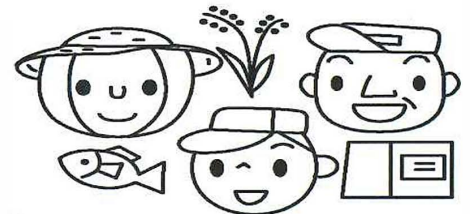
先日、食育の日として、「いただきます・ごちそうさま」の意味をお話しました。

家庭でも、きちんと手を合わせて、食べ物や料理を作ってくれたおうちの方にも「ありがとう」という気持ちを込めてあいさつしてみましょう！



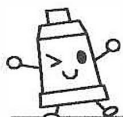
「いただきます」の意味

「いただきます」は、ただ「食べます」という意味で言うのではなく、さまざまな動植物の「命をいただきます」という意味も込められています。心から感謝して、食事を始めましょう。



「ごちそうさま」の意味

「ごちそう」の“ちそう”は漢字で“馳走”と書き、「馳け走る」といった意味をもっています。食べ物には、食材を育てる人、収集・運搬する人、調理・盛りつけをする人など、たくさんの方がかかわっています。そんな人々の働きに感謝して、心から「ごちそうさまでした」と言うのです。



食事後には歯磨きの習慣を

園では食事の後に歯磨きをしています。ご家庭でも、食事の後の歯磨きを習慣づけるようにしてください。

