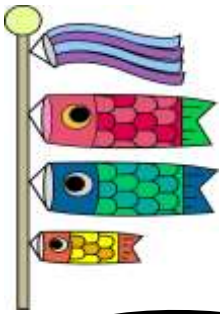


5月の

♪ 食育だよ！ ♪



5月5日はこどもの日☆

端午の節句のこの日は、こどもの健やかな成長を祝い、幸せを願う日です。

こいのぼりは、たくましく元気に育ちますように、という願いが込められています。

柏餅は、柏の葉は邪気を払うと言われ、また、新芽が出てから古い葉が落ちることから、一家繁栄への願いが込められています。

柏餅や粽を食べながら、子ども達に「こどもの日」がどのような日なのかを、伝えてあげてみてください♪

進級して一ヶ月。子ども達のさらなる成長が楽しみです。

< 食中毒に気を付けましょう！！ >

梅雨に入り、高温多湿の気候になると、食中毒の原因につながる細菌が増殖しやすくなります。

子ども達の健康を守るため、園でも衛生管理には十分気を付けていますが、ご家庭でも、調理時や水筒などの持ち物、衛生管理に特に注意しましょう。

食中毒予防の3原則

★菌をつけない⇒よく手を洗う、調理器具の洗浄・消毒

★菌を増やさない⇒食品は、常温に長時間置かず、冷蔵庫（10℃以下）か冷凍庫（-15℃以下）で保管

★菌をやっつける⇒しっかり加熱する



5月の食育目標

<めぐみ組>

- ・安心できる環境の中で、ミルクや離乳食を進められるようにする。

<つぼみ組>

- ・スプーンを握って自分で食べる。

<どれみ組>

- ・フォークを正しく持つ。
残さず食べる喜びを感じる

<あゆみ組>

- ・正しい姿勢で座り、食べこぼしのないようにする。

<のぞみ組>

- ・ごはんとおかずを交互に食べるように意識する。30分を目安に、おいしくいただく。

<ひかり組>

- ・食べ物の栄養について興味を持ち、苦手なものでも食べてみる。

