

栄養指導

3 すべての人に健康と福祉を

つくし組 *「マナー(座り方・姿勢)」
前を向いて座って食べましょう！
という話があり、張り切って食べていました。

ちゅうりっぷ組 *「食べ方・咀嚼」
正しい姿勢を知り、よく噛んで食べることでよく噛む強い歯になり、味がわかり、お腹いっぱいサインが脳に送られ元気に遊べる話を聞きました。



ひまわり組 *「食具の持ち方・マナー」
椅子の座り方の実践をしました。正しい姿勢で内臓の働きをよくすること。(エネルギーに変える)スプーンとフォークの鉛筆持ちも学びました。



ゆり組 *「マナー・食器の持ち方・春夏の野菜」
マナーとは、みんなで楽しく過ごすための約束事。の確認をしたり、ゲーがポイントの正しい姿勢や茶わんの持ち方の話も真剣に聞いていました。春と夏の野菜クイズも楽しみました。



今日のランチ



*6月から3.4.5歳児クラスは、担任がお子さんと一緒に食事をする指導食が再開しました。一緒に食べることで食育になり、味の共有もできて子どもたちも嬉しそうです。