

やってみよう！楽しい食事！

R7,09.26
あかねこども園

あかねこども園の子どもたちは、毎日元気に体を動かして遊んでいます。たっぷり体を動かし、「お腹が空いて食事の時間が楽しみ」という気持ちや感覚を大切にしています。食事を楽しむために年齢ごとに大切にしている思いや願い、活動などをご紹介します。ご家庭とあかねこども園が一緒に取り組むことで元気な体を作っていけるといいですね。

4・5歳の食事

4.5歳になると食事をとるときの姿勢やマナーなど自分で考えて行動したり意識出来るようになってきます。また、さまざまな経験から食への興味関心も沸き元気な体を作る為の知識もついてきます。

この持ち方が
三点持ちだね！



ゆり組では、5歳の誕生日を目安に、指先が器用になり、スプーンで3点持ちが持てるようになったら、箸への移行を進めています。「3点持ちがしっかりできている」ということは、箸の持ち方の他にも就学に向けて鉛筆の持ち方にも繋がります。間違った持ち方を直すことはなかなか難しいものです。しっかり持てるようになるといいですね！

この持ち方は
違うね



季節の美味しい
野菜分かる人？

さくら組では、子どもたち自身が、“食”について考える食事会議を行っています。子どもたちが自分の意見を出し合いながら話し合う姿はとても真剣。記録も取りながら、友達の考えに耳を傾けたり「僕もそう思う。」と共感したりする中で食への興味や関心が自然と広がっています。栄養士も交えて、旬の食材や、栄養についても図鑑を見ながら調べてメニューを考えています。自分たちの考えたことが給食や家庭での食事に結び付く経験は、子どもたちにとって“食べることの楽しさ”を更に実感するきっかけになっています。

この野菜には栄養
があるから食べて
みよう！



苦手なものもこ
うやったら食べ
られる？