

ぐんぐん



幼保連携型認定こども園

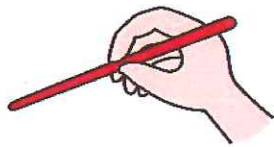
令和7年1月号 中山保育園



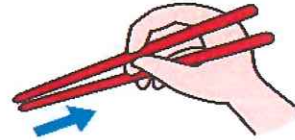
新しい年がスタートしました。今年も子ども達の笑顔がたくさん見れるように安全でおいしく、喜んでもらえる給食を作っていきたいと思います。今年もどうぞよろしくお願い致します。

正しい箸の持ち方

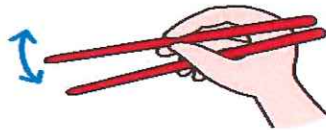
園では3歳ごろからはしを使い始めます。正しく使えるよう見守っていきますのでご家庭でもあせらずゆっくり練習していきましょう。使えるようになったと思っても慣れて持ち方が崩れ、間違った持ち方が定着してしまうこともあります。食事の際は食具の持ち方も見てあげてください。



①はし1本をえんぴつを持つように持ち、上下に動かしてみましょう。



②もう1本のはしを、①の下に置いて、親指の付け根に挟み、薬指の第一関節と中指の先で支えましょう



③はし2本のうち、下のはしは動かさず、上のはしを上下に動かしましょう

はしは、プラスチック製のものはずりやすく、つかみにくいので竹製や木製のものがおすすめです。

六角はしもつかみやすく使いはじめにいいでしょう。

はしの長さ (目安)

3歳まで 13~14 cm

3歳から5歳 15~16.5 cm

きりん組 就学に向けての取り組み

きりん組では就学に向けての取り組みの中で

「皮付きのりんご」

「ゆで卵の殻をむく」

「肉・魚を1切れで食べる」を始めています。

その他にも以下のような取り組みを予定しています。

◆牛乳 200ml (200mlを飲み切る、パックを潰す練習)

◆給食をトレーで運ぶ

◆味付けのり

◆納豆

小袋を開ける練習



3月まで何度か給食で練習していきます。

正月の行事食 (おせち料理)

色とりどりのおせち料理は、見ているだけで気持ちが華やぎます。見た目の美しさだけでなく、かずのこは「子孫繁栄」、昆布は「よろこぶ」、黒豆は「まめに暮らせるように」、たいは「めでたい」など、それぞれの食材が持つ意味があります。邪気をはらい今年一年の無病息災を願って、また年末年始で沢山おいしいものを食べた胃腸をいたわる「七草がゆ」と合わせて、意味を伝えていきたいですね。

