



中之町幼稚園教育目標 げんきな子 かんがえる子 なかよくする子 がんばる子



港区立中之町幼稚園 10月 園だより



中之町幼稚園ホームページ



X



令和6年9月26日
港区立中之町幼稚園
園長 大橋 美都子

食育

園長 大橋 美都子

猛暑がいつ終わるのかと心配するほどでしたが、ようやく心地よく生活できる時間も増え、ほっとしているところです。幼稚園でも園庭をのびのびと存分に走り回る子どもたちの姿が増えてきました。長時間園庭で遊べるのは何か月ぶりのことでしょうか?!

先日、本園の「心の子育て講座」で母子栄養指導士・管理栄養士のシライカヨコ先生に「食育の大切さ・箸の持ち方について」の講演をいただきました。皆様は、「食育」という言葉を聞かれたことはありますか?農林水産省により平成17年「食育基本法」が制定されたことから広まりました。食育のねらいとは、”生きる上での基本であって、知育・徳育及び体育の基礎となるべきものと位置付けるとともに、様々な経験を通じて「食」に関する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てる”と示されています。これを聞くと何か難しそうな気もするのですが、シライ先生によると幼児期の食育のねらいは「楽しく食べる子どもに育てる」ということだそうです。家族等と食卓を囲み、共に食事をとりながらおいしさや楽しかった話題を共有したり、時には一緒に野菜を洗ったり、盛り付けたりしながら楽しい食事をしたいものです。また、外食や買ってきたお惣菜はよくない、と考えるのではなく、味が濃ければ少し薄めるとか、衣をはがすとか、1日のバランスを考えるなどすればよい、というアドバイスをいただきました。肩ひじ張らなくても、身近なことから食のことに少しでも考えることが食育です、というお言葉をいただきました。食欲の秋、家庭でできる食育について改めて考えていきましょう。



ネコジャラシが素敵なブーケになりました!



すずしくなったね~!



運動会 応援よろしくをお願いします

