



2024年4月1日
はあと保育園中央
〒753-0813
山口市神田町4-22



TEL
083-941-5580
[http://www.seirankai.or.jp/
topic/island](http://www.seirankai.or.jp/topic/island)

園長 落 英朗

ご入園・ご進級おめでとうございます

新しい生活がスタートする4月になりました。

環境の変化で疲れやすくなる季節です。朝ごはんをしっかり食べて、元気に登園しましょう。

給食室では、子ども達に安心安全でおいしい給食を提供していきます。子供たちに、食べる事が楽しいと思ってもらえるよう、美味しい給食作りに努めていきますので、よろしくお願いします。



- ・ 4月1日（月）入園式
※お弁当、おやつを持参をお願いします。
- ・ 4月6日（土）OYA塾
（おにぎりを一緒に作ろう！！）
- ・ 4月27日（金）誕生日会



園の食育目標

生涯にわたって健康で質の高い生活を送る基本としての食を営む力の育成を目標としています。

- ①お腹がすくリズムのもてる子ども
- ②食べたいもの、好きなものが増える子ども
- ③一緒に食べたい人がいる子ども
- ④食事づくり、準備にかかわれる子ども
- ⑤食べたいものを話題にする子ども

<おやつ役割>

●おやつ目的について

子どもの心と身体は、おやつを含めた幼児期の食生活で作られています。幼児期は成長や活動する為にエネルギーを沢山必要としています。しかし、一度に沢山の量を食べられず、日によっては食ベムラがあるなどして3回の食事では、必要な栄養素を摂る事が出来ません。おやつは、子どもの捕食としてとても重要な役割を持っています。

●おやつを摂る為のポイント

- ・ おやつ時間を決める（だらだら食べは×）
- ・ ながら食べをさせない
食べ過ぎの原因にならないように気を付けましょう。
- ・ 1回に食べる量をお皿にだす。
食事に影響しないよう子どもに合った量を出してあげましょう。
- ・ 不足しがちな栄養素を取り入れる。

給食や食育に関するご意見・ご要望・ご質問など、ご遠慮なくお寄せください。

また、お子様の園の給食についての感想やおうちでの食事の様子についても保育に関わるものがあればお寄せいただければ幸いです。

