



令和5年
1月31日

かぬき保育園

みかんやバナナの皮を自分でむけることにも

冬のおいしい果物と言えば「みかん」ですね。子どもたちは自分でむけるでしょうか。自分でむけると成長した姿が見られうれしいですね。むき方はまず親指で穴をあけます。難しいときは大人があけてください。小さな子はそこから小さくちぎってむいていきます。上手になってくると「お花むき」ができるでしょう。バナナも自分でむいて食べましょう。難しいときは大人がお手伝いしてください。

左右の手を協力させて行う作業は脳の発達にもつながります。自分でできると達成感も得られます。たかがみかんの皮むき、されど皮むき、チャレンジしてみてください。身近なもので手軽にできる簡単な「食育」です。やりたい気持ちを大切に繰り返しやってみてください。

子どもたちは生活と遊びの中で、様々な食体験を積み重ねることで食を営む力を育みます。遊び心を持って、食を楽しみましょう。

例1 自分で選んで買う楽しさ



例2 違った環境で食べる楽しさ

ベランダ
公園



例3 育てて食べる楽しさ



例4 自分で選んで、作って食べる楽しさ



手巻き寿司
オープンサンドイッチ

クッキング（幼児）

2月3日（金） 恵方巻
2月14日（火） カルシウムおにぎり

★エプロン三角巾を忘れずに持ってきてください
★爪も必ず確認して長ければ切ってきてください

※おにぎりクッキングはちゅうりっぷ組も行います。三角巾を忘れずに。

