



3月食育だより



令和7年2月27日

しんあい保育園

身につけたい「食事のマナー②」

前回に引き続き「食事のマナー」第2弾をお伝えします。食事のマナーは、ただ「行儀よく」食べるためだけのものではありません。周りの人と気持ちよく食事をし、感謝の気持ちをもって楽しく食べるため、とても大切なことです。園では、基本的なマナーを身につけられるよう、日々声掛けをしています。ご家庭でもマナーに配慮しながら食事を楽しみましょう。

④ 口を閉じてよく噛んで食べることができますか？

食事マナーのため



人に不快感を与えない

安全のため



誤嚥（窒息事故）を予防できる

健康のため



食べものが細かく碎かれ、
消化しやすくなる

⑤ 家族でおしゃべりを楽しみながら食事ができますか？

楽しい会話は食事をさらにおいしくします。ただし、口に物を入れたまま話したり、大声で騒いだりするのはやめましょう。料理を話題にした会話も楽しみながら、食事を味わいましょう。



⑥ 子どもが食後の片付けに参加していますか？

食後の片付けは、作ってくれた人や食材への感謝の気持ちの表れです。また、次に使う人や片付ける人のことを考えるという思いやりの心を育むことにもつながります。



食器を運ぶ



テーブルを拭く



椅子をしまう



玄関に掲示している「野菜の切れ端」について

今年度、しんあい保育園では「食べ物を話題にする子ども」を目標に、まずは食べ物に興味をもってもらおうと色々な取り組みをしてきました。その一つが毎日の給食で使用する野菜の切れ端を見て、触って、匂いを嗅いで…五感を使って食べ物と触れ合ってきたことです。乳幼児期に五感を使うことは、今後成長していく上でとても重要だと言われています。クラスだけでなく家庭でのコミュニケーションにも繋がってほしいという思いから、玄関にも掲示させていただいています。ただ、特に乳児は口に入れてしまう可能性もあります。必ず保護者と一緒に見ていただき、少しでも食べ物を話題に親子の触れ合いをしていただきたいと思います。ご理解ご協力のほどよろしくお願いします。