

モンキュウ通信



2010年 9月

乳児組の保護者の方へ



☆正しくスプーンを持つことから始めましょう☆

この通信は、門田報徳保育園給食室からです。家庭との連携を深め、子どもの健やかな『育ち』の手助けをしたいと考えています。

残暑がまだ厳しいですが、雲の流れや日の短さが秋の訪れを感じさせてくれる季節となりました。

秋は食欲の高まる季節ですが、反面、夏バテの影響が出て、体調をくずす心配もありますので、ご家庭でも食事のバランスと十分な睡眠をとるように気をつけて下さい。



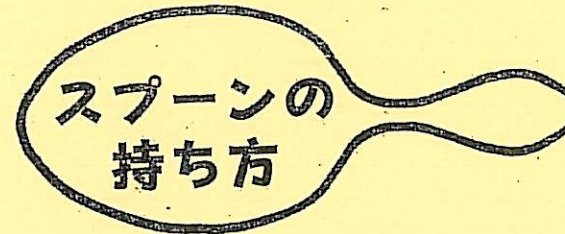
食欲の秋です・・・ 会津の旬を味わいましょう

地産地消

最近話題になっている「地産地消」。「その土地でとれた物を、その土地で食べよう」という考えのことです。地域でとれた物を食べることで、その土地の特産物や郷土料理に親しむきっかけにもなります。

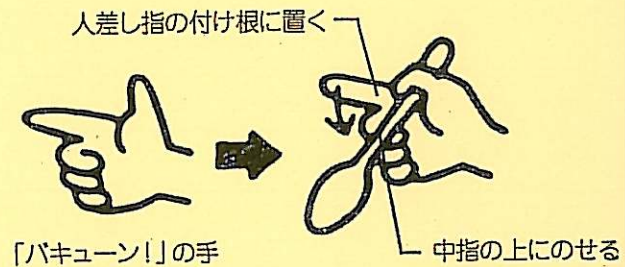
今の日本では、食料の多くを輸入に頼っていますが、輸入に頼った食料には、心配な点もあります。輸送の間に食

料が腐ってしまわないように薬品が使われたり、輸送コストがかかって割高になったり、輸送するのにエネルギーを使って二酸化炭素がたくさん出たり……。その点、地元でとれた物なら、朝とれたばかりの新鮮な物を食べることもできます。すべてを「地産地消」にするのは難しいですが、せっかくの地域のもの、積極的に取り入れたいですね。



お子さんがスプーンに興味を持って、自分で食べたがるようになったら、大人も一緒に「バキューン！」。

まず、「バキューン！」の手を作り、図のように中指の上にスプーンをのせます。そして、そっと親指と人差し指を添えれば出来上がり！



はしは焦らなくてOK!

「はしが持てない」「スプーンを使いたがる」など、「はし」についてお悩みではありませんか？ 早くはしを使ってほしいと焦りがちですが、強制すると食事が楽しくなくなってしまいます。まずは、楽しんで食べることを大切にしたいですね。子どもがはしに興味を示したときがチャンスです。

