

# モンキュウ通信

2021年 3月



1年も終わりに近づき、4月に比べて子どもたちは とても成長したように感じます。野菜の栽培・収穫や、皮むきのお手伝いなどを体験し、食材と触れ合うことで 苦手なものも食べられるようになりました。毎日、お友達と楽しく食事の時間を過ごしています。

13日は卒園式ですが、さくら組のお友達には、卒園しても食育や給食の思い出を胸に、これからの食生活も楽しく、健康的に過ごしてほしいと願っています。

## 3月3日はひなまつり

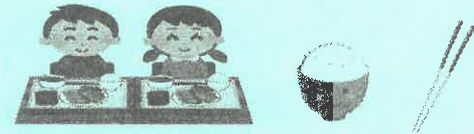
ひな祭りは、女子の健康と成長を祝う行事。ひな人形を飾ったり、桃の花やひしもちを供えたりしてお祝いをします。

その行事食として伝えられているのが、ひなあられやちらしずし、ハマグリのお汁です。ハマグリは、貝殻が対になって同じ形が二つとないため、ぴったりの相手を見つけないという良縁を望む願いが込められています。

子どもの将来の幸せを願って、ひな祭りの行事食をみんなで食べましょう。



新年度に向けて...



## 食事マナーを見直しましょう

良い食事マナーは、子どもの時からきちんと身につけたいものですよね。食事の様子を振り返ることで、子どもの成長がうかがえます。新年度に向けて見直してみましよう。また、子どもが食事に集中できるように、食事中はテレビを消すなど、お家のかたも工夫してみましよう。

- ☆ 食事前後に「いただきます」「ごちそうさま」をいう。
- ☆ 食事中は席から離れず、きちんと座って食べる。
- ☆ 背中を伸ばして、姿勢よく食事をする。
- ☆ 自分の好きなものだけを食はず、バランスよく食べる。
- ☆ 口を閉じて、よく噛んで食べる。
- ☆ スプーンやはし、食器を正しく持って食べる。
- ☆ 食事時間内に食べ終わる。
- ☆ 食事の準備や後片付けを手伝う。



できるものを  
チェックしてみよう!

### ◎アレルギー対応に関するお願い

年一回、「生活管理表」の提出が必要です。また、解除時には「除去解除申請」が必要です。アレルギー対応が必要な際は、今月中の提出をお願い致します。