



ごちそうさま～

令和5年6月

富沢わかば保育園 給食だより No.3



晴れた日は半袖で元気に遊ぶ子どもたちの姿も見られますが、日によって肌寒さを感じる日もあり体調管理が難しい時期です。子どもたちは新しいクラスにも慣れ少しずつ食べる量も増えてきています。梅雨のぐずついた天気で食欲が落ちない様に6月は冷たい麺やさっぱりとした夏野菜を献立に取り入れています。たくさん食べて元気に夏を迎えてほしいです。

〇虫歯を予防する〇

保育園での歯科健診もありましたが、6月4日から10日までの1週間は歯と口腔への意識を高める「歯と口の健康週間」です。乳歯はむし歯になりやすく、進行も早いものです。乳歯のむし歯は永久歯やあごの発達にも影響します。食後や就寝前の歯磨きを習慣づけて歯を守りましょう。

〇だらだら食べていませんか？〇



子どもに甘いものをそれほど飲み食いさせている意識はなくても、むし歯になるケースはあります。むし歯の原因になりやすいのは甘い食べ物の量より食べる頻度です。少しの量でもむし歯菌のえさとなる糖質が口の中に留まる時間が長いほどむし歯になるリスクは高まります。あめやソフトキャンディー、牛乳など歯につきやすい飲み物も食べたあとは口をすすぐなどするとよいでしょう。また、子どもの口の中にむし歯菌が入る原因はむし歯があるひとからの食べ物や箸などを介してうつしてしまうことです。食べかけをあげない、食具は別にすることでむし歯菌を防げますので注意しましょう。

☆栽培活動☆



今年も畑で、さつまいも、なす、きゅうり ミニトマト、プランターでオクラ、はつかだいこんなど色々な野菜を育てていきます！

子どもたちも水やりとしながら「なすの花が咲いたよ」「小さいトマトがなったよ」と野菜の生長を楽しみにしています。収穫した野菜はクッキング活動にも使用する予定です。天気に恵まれてたくさん収穫できるといいですね☆



オクラとはつかだいこん



ミニトマトはかわいい実がつきました



なすは花が咲きました



☆お箸は竹製のものをお願いします☆



保育園で使用する箸は「竹製」のものをご準備いただくようお願いいたします。

プラスチックのキャラクター箸は子どもは好きですが、つるつるしているので食べ物をはさむときに滑ってしまい就学前の子どもにはおすすりできません。

箸の正しい使い方の習得のためにも竹製の箸を持たせてください。



お知らせ ◎6/10(土)給食室のエアコン工事のため給食室が使えないためこの日保育を利用されるご家庭は お弁当の持参をお願い致します。ご迷惑をお掛けし申し訳ありませんがご協力をよろしくお願い致します。

◎気温が高くなる6月から9月いっぱい、衛生面を配慮してサンプルの展示を実物から写真への展示に変更させていただきます。ご理解の程よろしくお願い致します。