

4月

ぱくぱくだより

さくら保育園

ご入園、ご進級おめでとうございます。

柔らかな春の陽ざしに心穏やかな季節、新年度になりました。子どもたちは、期待と不安に胸をふくらませていることと思います。最初は環境の違いに戸惑う子どもたちもいるかもしれませんが、徐々にお友達と一緒に食べる給食の時間が楽しみの一つになればいいなと思っており、毎日安心安全でおいしい給食を提供し、食を通して子どもたちの成長を見守っていきたいと思います。今年度もよろしくお願ひいたします。

朝の健康チェック

新しい生活が始まり、子どもたちは緊張の連続です。生活習慣が変わって体調を崩しやすくなっていますので、毎朝子どものようすを見てあげてください。

- 朝の目覚めはどうか？
- 朝ごはんは食べましたか？
- 顔色はいいですか？
- きげんはいいですか？

細かくチェックしてあげましょう！



しっかり食べよう！ 朝ごはん

寝ている間に下がった体温は、朝ごはんを食べることで上昇し、体を動かしたり脳が活発になったりする準備をします。また、腸も刺激を受けて便が出やすくなります。朝食を抜くと、低体温や集中力の低下などの原因にもなります。しっかり食べて、1日元気に過ごしましょう。



食事の約束

食事前に手を洗う、あいさつをして食べる、よくかんで何でも食べる、食事中はテレビを消す、食後はすぐに激しい運動をしないなど、食事をするときの約束を決めておきましょう。家族みんなで話しながら食べると、とても楽しいですね。



食育の日

毎月19日は「食育の日」といわれています。食材とふれあう、食べ物を大切に、楽しく食事をする、マナーを身につけるなど、食育にもいろいろあります。保育園では、畑で野菜を育てたり、収穫した物をみんなで食べる体験をします。

他にも、食に関わる体験をしていきますので、楽しみにしててくださいね！ 例えば...もちつき、ぶりの解体ショー など

4月の
行事予定

- 4/1 入園式
- 4/4～ 新入園児給食start
- 4/26 お誕生日会

