

給食だより

平成30年



杉並区保健福祉部保育課

早いもので、今年度最後の月となりました。

お子さんの一年間を振り返ると、様々な成長を感じられるのではないのでしょうか？

給食では、苦手なものが少しずつ食べられるようになったり、給食当番の身支度や活動が上手にできるようになった様子がみられます。

この一年で心も身体も大きく、たくましくなったことでしょう。

進学、進級を控え、これからの成長がますます楽しみです。

楽しく！おいしく！心も満腹に！



食事をする目的は単に栄養をとることだけではありません。

食事はその日の出来事を話し合ったりするコミュニケーションの場としても重要です。

また、家族やお友達と一緒に食べると、食事のマナーや料理についての関心が高くなり、食べられる食品の種類も増えて食卓が豊かになり、何よりも、楽しくおいしく食べることができます。そして、「おいしさを心で感じる」こともできます。

給食でも「苦手だけど食べられた！」という声もよく聞きます。

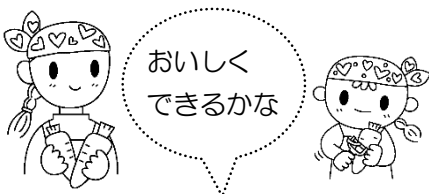
これは、味のことももちろんですが、周りの雰囲気も大きく影響しているのではないのでしょうか。

お友達と楽しくたべることで苦手なものが食べられるようになるのも給食の良いところ♪

ご家庭でも、できるだけ一緒に食事をする機会を増やしていけると良いですね。

♪楽しい食卓にするために♪

一緒に食事作りをしてみよう



みんなでたべると
たのしいな♪

おいしいね

みんなで一緒に食べよう

一緒に買い物に行ってみよう

何をつくろうかな？

