



# 食育だより

新年明けましておめでとうございます。年末年始のお休みはご家族で楽しめたでしょうか。お正月もおいしいごちそうを食べ、たくさん遊んで楽しく過ごせたことと思います。

楽しい行事が続き、生活リズムや胃腸の調子も乱れやすく、また、寒さからも体力を奪われます。生活リズムと食生活を整えて今年も元気なスタートを切りましょう。

## ☆給食の様子☆

入園してから一ヶ月が経ち、初めはなかなか慣れなかった給食にも慣れてきました。初めて食べる給食に興味津々だった子ども達ですが、野菜が苦手で「いらない！」と言う子も多かったです。しかし、一ヶ月様々な給食を食べていく内に「おいしいね」と言うようになり、今では「おかわりちょうだい！」と言う声が多く聞こえ嬉しく思います。



たくさん食べています



## ☆もちつき大会☆

初めてのお餅つき大会をしました。蒸したお米がだんだんとお餅になっていく様子に興味津々の子どもたちでした。泣いている子もいましたが、どの子も一生懸命お餅をつくことが出来ました。つきたてのお餅は、柔らかくおいしかったです。



興味津々で見えています



かいっぱいつきました



上手に丸めることが出来ました