



食育だより



梅雨が明け、蒸し暑い日が続き、いよいよ夏本番です。子ども達は、暑さに負けず大好きな水遊びや運動遊びを楽しんでいます。しかし、夏は体力の消耗が激しい季節です。水分補給に気をつけてプールや外遊びの後は特に、休養・睡眠を心がけ、また、毎日の食事でしっかり栄養を摂るようにしましょう。

○夏野菜の収穫○

☆うさぎ組 ミニトマト☆

ようやく真っ赤に熟したミニトマトを収穫することが出来ました。頑張って水やりをしてきたので嬉しそうに優しく取っていました。



トマト採れたよ！

☆ぱんだ・こあら組 ピーマン☆

大きく育ったピーマンに驚きながらも嬉しそうに収穫しました。苦手なピーマンも頑張って水やりをしてきた成果があり、美味しい美味しいと食べていました。



早く食べたいな～

○とうもろこしの皮むき○

固い皮を一生懸命むいていました。見慣れた黄色い実が見えてくるととても喜び、興味津々で参加出来ました。

☆りす組☆



☆うさぎ組☆



☆ぱんだ・こあら組☆



○7月のお誕生会○



こぎつねごはんランチ



7月生まれのお友だち