

# 7月の食育ふりかえり

幼保連携型 認定こども園 しゃろーむ  
2024年7月25日(木)

7月も後半に入り、これから本格的に暑くなります。気温が高いと体力がうばわれ、疲れやすくなります。さらに、食欲が落ちて栄養を十分に摂れないことがあり、夏バテになってしまいます。楽しい夏を健康的に過ごすため、食生活を見直してみましょう。



〜つくし〜

手づかみ食べがとっても上手になり、スプーンも使ってみようとする意欲が見られるようになってきました。お椀飲みも上手です！自分で食べるのって嬉しいね、美味しいね😊



あむあむ  
おいちい◎

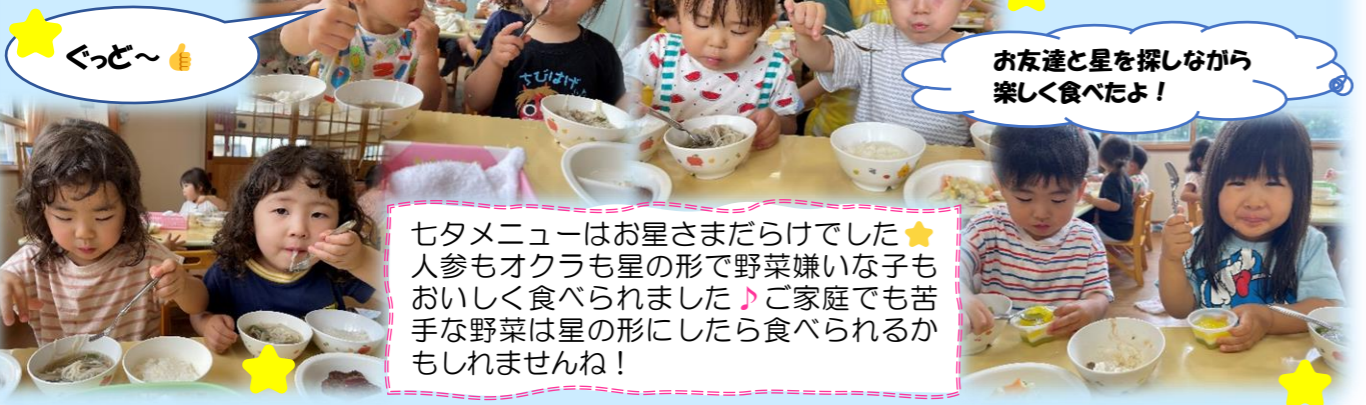
食べるの大好き❤️

〜たんぽぽ〜

絵本やエプロンシアターなどの視覚教材や、手遊びを通して、少しずつ食材への興味が出てきました。「ニンニン！にんじんだよ。」「だいこんはコンコンコン♪」知っている野菜を話題にすることで、食べてみようとする姿も増えてきましたよ〜🌟



〜ちゅういっぴ〜



七夕メニューはお星さまだらけでした★人参もオクラも星の形で野菜嫌いな子もおいしく食べられました♪ご家庭でも苦手な野菜は星の形にしたら食べられるかもしれませんね！



〜すみれ〜    ~ひまわり~    ~さくら~

『しゃろーむファーム』や『やさいのおうち』で栽培している野菜の中に **なつやさい**はあるかな？**なつやさいパワー**をお話しました♪



夏風邪に負けないぞ〜！！  
えいえいおー！

夏野菜を食べてげんきもりもりに  
過ごそぞ〜！！

ピーマン食えると  
風邪ひかないの！？

〜元気モリモリポーズ〜

なつやさいの収穫を喜んでいる子どもたちです♪

採れたてのきゅうりやトマトを  
包丁で切っています…真剣です👀

