



令和6年9月
認定こども園
函館石川保育園

食欲の秋です。お子様が食に対して興味をもてるよう、食材をテーブルに並べて確認していくのはいかがでしょう。実際に食べるときは、これはさっきのキノコ、これは切った魚、などと子どもとの会話も弾みます。

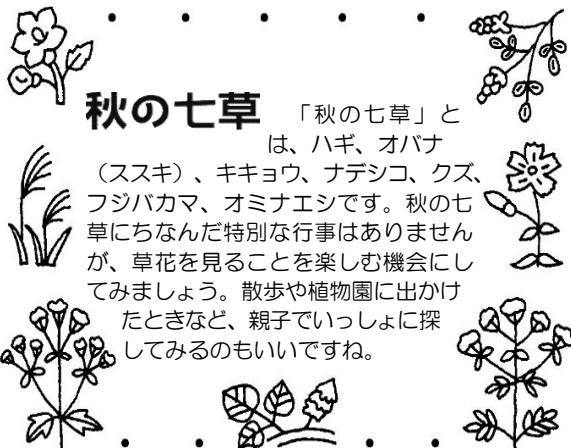
日本全国のご当地メニューを食べよう！！

8月は、宮崎名物冷や汁がおやつに登場しました！！みなさんは、冷や汁を食べた事ありますか？子どもたちは、初めてだったようで、「これはなに？」と不思議なようす。

人参とズッキーニが入っていて、ご飯も入っている汁物…どんな味なんだろう、という表情で食べている子もいました。食べてみると冷たくってさっぱりした味わい。暑い夏には、さらっと食べられて大人は食べやすい！という感想でしたが、子どもたちには少々苦手な子も多かったようで、野菜は残してご飯だけ食べたり、お汁だけ飲んだりして初めての冷や汁を食べていました。



9月は、熊本名物「いきなり団子」、長崎名物「長崎ちゃんぽん」、そして7月の土曜日おやつで登場したサーターアンダギーがでますよ。様々な食材、メニューから食事を楽しんだり、興味をもってもらえたらと思います。



秋の七草

「秋の七草」とは、ハギ、オバナ（ススキ）、キキョウ、ナデシコ、クス、フジバカマ、オミナエシです。秋の七草にちなんだ特別な行事はありませんが、草花を見ることを楽しむ機会にしてみましょ。散歩や植物園に出かけたときなど、親子でいっしょに探してみるのもいいですね。

会話で食事を楽しく

家族そろって食事をしていますか？ いっしょに食事をすることで、マナーや食習慣、子どもの成長や変化を確認することができます。

テレビや携帯電話、新聞を見ながらの“ながら食事”や「孤食」は避け、みんなで楽しく食べましょ。会話が弾むと食事も楽しくなります。

