



給食だより



肌に触れる風もだんだんと冷たくなり、晩秋の気配が感じられるようになりました。同時にインフルエンザやノロウイルスなどの感染症が流行しやすい季節です。寒い日には体を温めるごぼう・にんじん・たまねぎ・かぶなどの根菜類を食べ、寒さに負けない体を作り、冬を乗り切りましょう。



～絵本で食育～

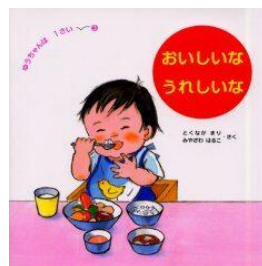


余談ですが…11月30日は、『絵本の日』。絵本を読むための記念日です。絵本の読み聞かせには想像力が育つ・語彙力が高まる・集中力が上がる・感情が豊かになる・好奇心を刺激する・心が豊かになるなどメリットがたくさん！そんなメリットがたくさんある絵本の中に、食育をテーマにしているものもたくさんあります。親子のコミュニケーションのひとつとして絵本で食育してみたいか？



0歳『Sassyのあかちゃんえほん
もぐもぐ』

カラフルな野菜や果物にくぎづけ！口を動かす音、素材の触感を感じさせるオノマトペがいっぱいです



1歳『おいしいな うれしいな』

自分で食べたり飲んだりを始める1歳さんにおすすめ。食べる事って楽しい。みんなで食べる事ってうれしい。そんな気持ちを育ててくれる絵本です。



2歳『くだもの』

まるで本物のようなきれいなイラストで思わず手をのびたくなります。

おにぎり



平山美穂さん 平山和子さん

3歳『おにぎり』

おにぎりの作り方もわかるので読み終わったあとはきつとおにぎりを作って食べたくなるはず！



4歳『サラダだいすき』

手を包丁に見立ててトマト・胡瓜・キャベツを切る練習ができる絵本。野菜嫌いの子もこの絵本を読んだ後なら食べてくれるかも!?



5歳『やさいのおなか』

白黒の野菜の断面図で野菜クイズ！クイズに身を乗り出すこと間違いなし!!大人も一緒に楽しめる絵本です。