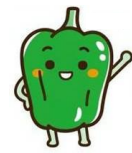




キャロッピーさんの食育講座



今年度も食育の一環として、姫路地域活動栄養士会のキャロッピーさんに来ていただき、「食」の大切さについて楽しくお話をしていただきました。



ピカチュウのお話や、食べ物の音について、また食材の断面など、食べることが楽しくなるようなお話をたくさん聞かせてくださいました。



食材を食べ物がもつ栄養の働きをもとに「赤・黄・緑」の3色に分けていきます。園で毎日取り組んでいる3色パネルは、子どもたちも大好きで、あっという間に分類できました。

エフロンシアターで体の中ものぞいてみたよ。



かぼちゃは水に浮くと思いますか？

シルエットクイズや、浮き沈み実験など子どもたちも楽しんで参加し、正解すると両手を挙げたり、ガッツポーズをして喜ぶ子どもたちでした。



毎日の食事の中で、まずは「楽しく食べよう！」をもとに、その上で、好きな食材が増えたり、みんなと一緒に食べることが嬉しいと感じられるような食事の時間になればと思います。キャロッピーさんのお話から、子どもたちの食への関心がより強くなったと思います。バランスよく食べ、健康で元気な心身を育んでいきたいですね。