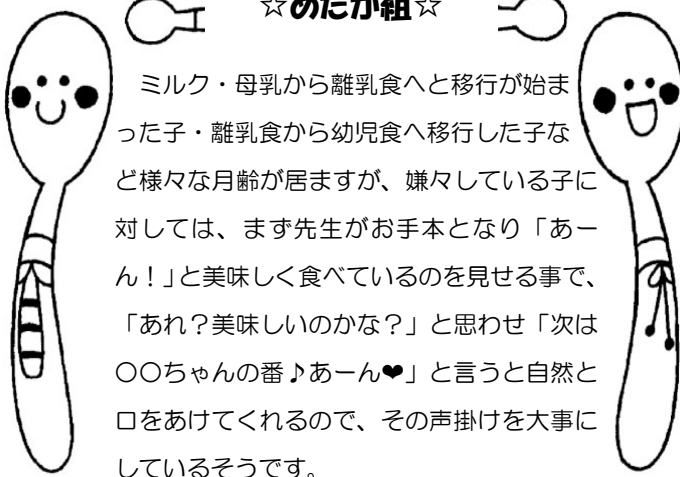


❁今月のテーマは「楽しく食事しよう♪」です。

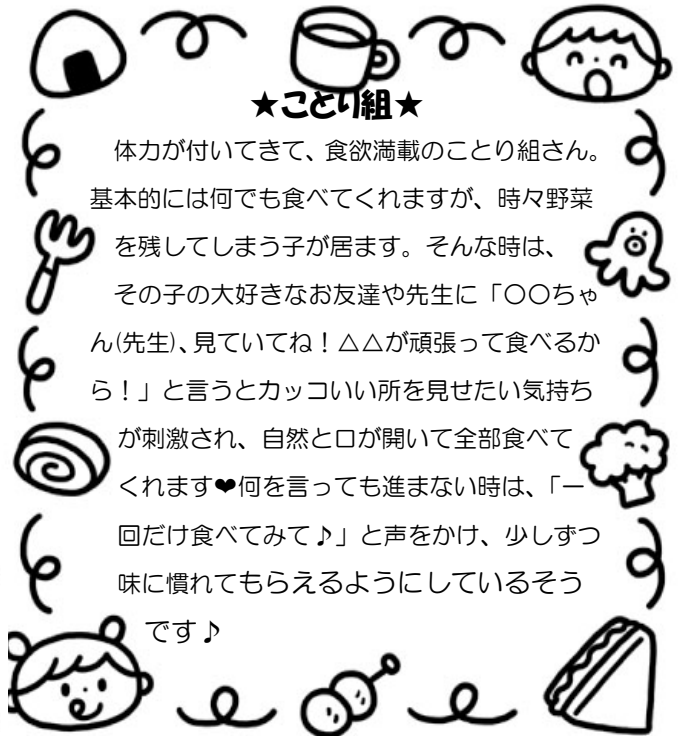
今回は、めだか組さん～うさぎ組さんの先生達に、楽しく食事をする為に行っている事を聞いてみました♪

☆めだか組☆



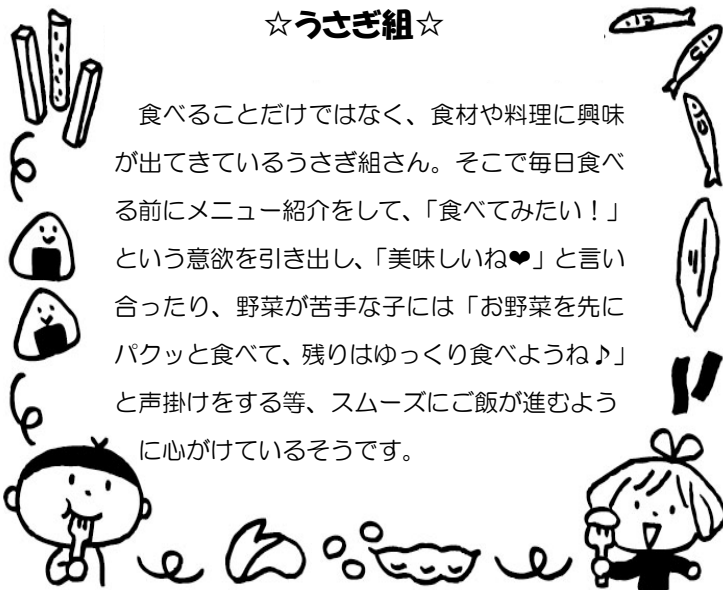
ミルク・母乳から離乳食へと移行が始まった子・離乳食から幼児食へ移行した子など様々な年齢が居ますが、嫌々している子に対しては、まず先生がお手本となり「あーん！」と美味しく食べているのを見せる事で、「あれ？美味しいのかな？」と思わせ「次は〇〇ちゃんの番♪あーん♥」と言うと自然と口をあけてくれるので、その声掛けを大事にしているそうです。

★ことり組★



体力が付いてきて、食欲満載のことり組さん。基本的には何でも食べてくれますが、時々野菜を残してしまう子が居ます。そんな時は、その子の大好きなお友達や先生に「〇〇ちゃん(先生)、見ていてね！△△が頑張ってるから！」と言うとカッコいい所を見せたい気持ちが刺激され、自然と口が開いて全部食べてくれます♥何を言っても進まない時は、「一回だけ食べてみて♪」と声をかけ、少しずつ味に慣れてもらえるようにしているそうです♪

☆うさぎ組☆



食べるだけでなく、食材や料理に興味が出てきているうさぎ組さん。そこで毎日食べる前にメニュー紹介をして、「食べてみたい！」という意欲を引き出し、「美味しいね♥」と言い合ったり、野菜が苦手な子には「お野菜を先にパクッと食べて、残りはゆっくり食べようね♪」と声掛けをする等、スムーズにご飯が進むように心がけているそうです。

◎上記で上げたほかに、全クラスで共通していたのは、「中心保育で沢山体と頭を動かし、空腹の状態で昼食時間を迎える様にしている。」という事でした。

子ども達は体力があり、朝ごはんをしっかり食べているので、その分消費して美味しく給食が食べられるようにしているそうです♪

伝えたい郷土料理

ことぶき保育園では、幼いころから身近に感じてもらえるように、給食に沖縄の郷土料理を取り入れています♪今回は数ある郷土料理の中でも、人気の高い「ジュージー」を紹介したいと思います！

ジュージーは主にお米・豚肉・昆布・人参などをだし汁で炊いたものをいい、シタケやひじき等を入れる家庭もあるそうです♪また、雑炊の様に食べる「ボロボロジュージー」と呼ばれる食べ方もあり、家庭によって様々な食べ方があるそうです♪最近では便利なレトルトがあり、わざわざ出汁を用意しなくてもお米と一緒にに入れて炊くだけの物もありますので、家庭でも取り入れやすい郷土料理だと思います♪

