

## 「食」に興味をもって食べる事を楽しむ！

子どもが、食に興味を持ち、「楽しんで食べる」習慣を身に付けてほしいと考えています。夕方の野菜の皮むきなどもそのひとつで「昨日みんながお手伝いをして皮をむいた○○だよ」と声を掛ける事で、ちょっぴり苦手なものも「食べたい」と思う気持ちを持って口に運び、食べられた事が自信につながると考えています。また、食べやすさも大事にしています。そしゃくを自然に促し、尚且つ食べやすい大きさ、やわらかさを子どもの姿から考えます。味付けも素材の味をいかすよう心掛けています。お料理する事にも興味を持てるよう保育の中のクッキング保育だけでなく、おやつホットケーキや、ポップコーンはお部屋で作り、つくる過程も楽しみながらおやつを食べます。

園の給食の栄養摂取量は一日あたり下記の表を目安にしていますが、献立によっては、多少の誤差は出てきます。1週間あたりのトータルの平均で補えるように考えています。栄養が偏らないように食事をする事は、健康な体をつくる為にも大切にしたい事です、その為にも色々な食材を楽しんで食べる子どもに育ててほしいと思っています。

給与栄養 目標量	エネ	たんぱ	脂質	カリ	カル	鉄	レチ	B1	B2	C	食物 繊維	食塩 相当量
	ルギ	く質		ウム	シウム		ノール					
	Kcal	g	g	mg	mg	mg	μg	mg	mg	mg	g	g
乳児	420	17.0	11.5	380	190	2.0	170	0.23	0.25	16	2.9	1.5 未満
幼児	570	23.5	16.0	470	260	2.4	200	0.32	0.36	18	4.1	1.8 未満

## 《夏は園にたくさんの方が来て下さりふれあいました》

### 韓国のサムソン幼稚園の先生方

京都の幼稚園や保育園を見学し、保育の学びを深めたいと、韓国の幼稚園の先生方11名が見学にこられました。園内を見学された後、幼児さんの礼拝と一緒に守り、この夏よく遊んでいる「うみ」という集団あそびと一緒に楽しみました。言葉は通じなくても、子ども達とのふれあいの時間を楽しんで参加して下さい、子ども達も安心して「イッシュニシヨウ」と誘いに行く姿がありました。サムソン幼稚園の先生方からもサプライズで歌のプレゼントをして頂き、子ども達も興味を持って聞いていました。

### 高校生のインターンシップ

夏休みを利用して、高校生のインターンシップの学生さんも来てくれました。高校生のインターンシップの学生さんは将来保育士になりたいと考えている人も多く、子ども達とふれあえるこの夏の体験が「夢のようで、大切な宝物の時間になった」と話してくれました。

### 小学生ボランティア

夏休みボランティアに卒園児が来てくれました。小学生の中には、午前中クラブ活動があり、その日はボランティアの参加を申し込んでいなかったけど、昨日あそんだ子どもの事が気になってクラブ活動の後、お手伝いに来てくれた小学生もいました。子ども達もお兄ちゃん、お姉ちゃんがボランティアに来てくれる事がうれしくて、毎日待っていたので25日小学校がはじまってこなくなった日は、「オソイネ〜」「オニイチャンハ?」「オネエチャンドウシタカナ?」と待っている姿がありました。

8月26日のあそびにおいてよ拡大版に参加された保護者の方から、「卒園したらボランティアに行く事を楽しみにしている」と話して下さい、園での色々な出会いやふれあいが未来の自分の姿を思い描くきっかけになっている事を感じました。

裏面もご覧下さい