



ご入園、ご進級おめでとうございます！

いよいよ新年度がスタートしました。

乳幼児期は「食を営む力」の基礎を築く大切な時期です。子ども達は生活と遊びの中で、お友だちと楽しみを共有する体験を積み重ねながら、社会性を育み、健康な食事をおいしいと感じることができる「嗜好」と「食習慣の基礎」を培います。園では、毎日の給食を「食育教材」として位置づけ、丁寧な食事支援を行っています。

当園の給食について

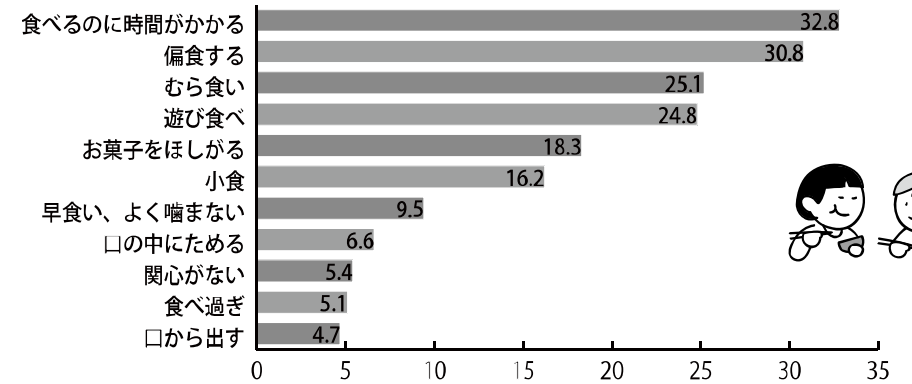
例年通り、市の共通献立を使用しながら、子ども達のリクエスト献立も取り入れていきます。3歳以上（ひまわり組、ゆり組、ふじ組）の子ども達から、リクエストを聞いていきます。毎月、献立表を配布しますので、使用している食材など確認してみてください。3歳未満児（小規模保育園、つくし組、たんぽぽ組、すみれ組）には、午前のおやつがあります。また、午後からのおやつでは全年次、ミルクを提供することがありますが、スキムミルク（脱脂粉乳）を基本的に提供させていただきます。園で、使用しているお米は岡山県産のものを使用しています。

園でのおすすめ献立を展示食の所に置いておきますので、ご自由にお持ち帰り下さい。知りたいメニューや給食について何かありましたら、担任、栄養士にお尋ねください。

乳幼児期の食事支援

乳幼児期は、咀嚼・嚥下機能の発達、食具の使い方、食べ物への反応などにも個人差があります。園では毎日の給食を「食育」の機会と捉えて、下記のような乳幼児期の食の問題に向き合い、それぞれの子どもに合わせた食事支援を行っています。特に離乳期は、個人差の大きな時期なので、焦らずじっくり取り組んでいきたいと思えます。ご家庭での様子を教えていただくと助かります。

～現在子どもの食事で困っていること～
（回答者：2～6歳児の保護者）



※「平成27年度 乳幼児栄養調査の結果」（厚生労働省）より作成

・早寝・早起き・朝ごはん！

子どもの朝食抜きは、大人になってからも続くとされています。幼いうちから朝食を食べる習慣を身につけることが大切です。早寝・早起きをして朝食を食べ、うんちをして登園！が元気な体をつくっていきます。

朝食をしっかりと食べて登園しましょう！

また、朝食を食べる時間を確保するためにも、早寝、早起きを心がけましょう。