心も体も元気なふなぼりーと

令和8年　5月号
園だより

江戸川区立船堀幼稚園

－教育目標－
元気な子ども
明るい子ども
考える子ども
思いやりのある子ども

園長　　東　美和

～今日の給食は何色？～

　園庭ではクヌギやサクラの木々の葉が日に照らされるとキラキラ輝いています。風も心地よく、子どもたちは園庭で元気いっぱい遊ぶことを楽しんでいます。入園・進級から一ヶ月が過ぎ、新しい生活に少しずつ慣れてきました。

　先日、年長組が養護指導員による保健指導を受けました。今回のテーマは「赤・黄・緑の食べ物の働きを知ろう」でした。体をつくる食べ物は3つの色に分類できます。

『赤』・・・肉・魚・豆など　（血や肉となる赤の仲間）
『黄』・・・米・パンなど　（熱や力の元になる黄の仲間）
『緑』・・・野菜・果物など　（体の調子を整える緑の仲間）

　その日に食べる給食の写真を見ながら「ごはんは黄色だね」「卵は何色？」といったクイズをしました。食べ物の『色』に関心をもった子どもたちは、その後も給食を見ると、「今日は何色があるのかな？」と話している姿が見られました。令和5年度から取り入れた給食により、今まで家庭で食べたことのないさまざまな食材が出るため、食への関心をもつきっかけになっています。

　園で取り組んでいる食育は、さまざまな食材を先生や友達と一緒に食べることで、食べ物への興味や関心をもつことをねらいとしています。園生活を楽しく過ごせる元気な体でいるために、バランスの取れた食事をする大切さに気付くことも必要です。

　また、自然豊かな環境をいかして野菜を育てたり、収穫したりした物を食べることも大切な食育です。つい最近、年長組は自分たちで育てたキヌサヤをたくさん収穫して、塩ゆでやみそ汁にして食べました。獲ったばかりのキヌサヤはピカピカしていて美味しく、「もっと食べたい！」とおかわりをする子もたくさんいました。例年保護者の皆様から「家では食べないのに、幼稚園ではおいしかった！と食べたようです」という声をよく聞きます。自分たちで育て、先生や友達と一緒に食べることで、美味しさが増すようです。

　是非ご家庭でも、お子さんと「今日の食事は何色かな？」といった話を取り入れながら、バランスの取れた食事への関心をもち、元気な体を作っていただければと思います。

星の組　友達と一緒に
こいのぼりを作ろう

ばら組
ごちそうを作ったよ！

星の組
ダンゴムシを探そう