

令和6年度

八尾市立認定こども園
調理室

食育だより



12月号



日中の冷え込みも厳しく、年の瀬を感じる季節となりました。年末年始と忙しい日が続きますが、規則正しい生活（食事や睡眠など）で体調崩さずお過ごしください。

食育～お家でできる簡単食育～

お家の方が毎日やっていることを、無理のない範囲で少しでも子どもたちと一緒にしてみてください。『食器を用意する』でも、子どもは役割を得ることで達成感を感じます。



触る・嗅ぐ



声をかけながらの食事



一緒に買い物



菜園や収穫の経験



食事を楽しむ



簡単な盛り付け



食具の準備



野菜洗い



米洗い



机ふき



自分の食事準備



食器洗い



エプロンを着る



簡単な食事準備



みんなで楽しく食べる



一緒に料理



家族分の盛り付け

些細なことでも、子どもからすると新鮮で喜びです。

食事に関する色々なことに『子どもが関わる機会をつくる』と考えて、子どもたちと楽しんでみてください。

お問い合わせ：八尾市役所 こども施設運営課

TEL (072) 924-3840

メールアドレス kodomoshisetsu@city.yao.osaka.jp



＼八尾市 HP はこちら／
バックナンバーもご覧になれます。＼公式 Instagram はこちら／



YAO_KODOMOEN