

令和8年度

八尾市立認定こども園
調理室

食育だより



9月号



日中は夏と変わらない暑い日が続きます。あとしばらく残暑が続きますが、食事や生活のリズムを整え、元気に秋を迎えましょう。

こども園の食育について

食育は、様々な経験を通して、「食」に関する知識とバランスのよい「食」を選択する力を身につけ、健康的な食生活をできる力を育むことです。

こども園で取り組んでいる活動の一部を紹介します。

クッキング保育

おやきやクッキーづくり



味見当番

子どもたちが給食の味見をして味や食感など、色々な感想を園内放送で伝えています。



お手伝い活動

玉ねぎやとうもろこしの皮むき
かぼちゃやピーマンの種取り
おにぎり丸め



園内では、当日の給食を展示したり、レシピを配布したりしています。八尾市ホームページでも給食レシピ集を掲載していますので、ご家庭での参考にしてみてください。

コラム

新鮮な食材を見分けるポイント

なし



ずっしりと重たいもの
おしりが大きく横に張っているもの
軸が太くてしっかりしているもの

なす



表面にハリとつやがあり、持ったときに
ずっしりと重みがあるもの
ガクの部分についているトゲがさわると
痛いくらいしっかりしているもの

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



YAO_KODOMOEN

＼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／