

保育園の園庭やお山の樹木も新緑から万緑に移り変わってきました。

万緑とは、盛夏の草木が濃い緑におおわれた状態のことを言うそうです。

夏は、体力を消耗し、体調も崩しやすい季節です。規則正しい生活リズム「早寝」「早起き」「朝ごはん」で厳しい夏を乗り切ってもらいたいものです。

当園では、教育・体育・徳育とともに食育が乳幼児期にはとても大切だと考えています。子どもたちに食に対する興味関心を持ってもらいたいと考えています。

近年、偏った栄養摂取、朝食欠食など食生活の乱れや肥満、痩身傾向など、子どもたちの健康を取り巻く問題が深刻化してきているのは周知の事実です。こうした問題を解決する重要な役割を果たすのが食育であり、子どもたちが食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身につけることが出来るよう積極的に食育に取り組んでいくことが重要であると文部科学省では食育基本法制定時より提唱しています。さらに食育で身につける大切なこととして①食べ物を大事にする感謝の心②好き嫌いしないで栄養バランスよく食べる③食事のマナーなどの社会性④食事の重要性や心身の健康⑤安全や品質など食品を選択する能力⑥地域の産物や歴史など食文化の理解などが大切であると考えられています。子どもの時に身についた生活習慣を大人になって改めることはとても困難なことだと思います。

日本の素晴らしい食文化を守り、正しい食育を子どもたちに伝えていくのが私たち大人の使命と考えます。