



の給食だよ

令和7年8月29日

そが中央保育園

暦の上では秋を迎えますが、まだまだ暑さの厳しい日が続いていますね。子ども達も夏の疲れが出るところです。ご家庭でも栄養バランスのとれた食事と睡眠を十分にとり、体調管理に気をつけていきましょう。

防災の日！もしもの時に備えよう！

毎年9月1日は防災の日です。ご家庭でも非常食を始め、備えはしていますか？一般的に災害があった時に電気や通信のライフラインが途絶えた場合、復旧するのに要する期間は日本ではだいたい3日間とされています。最低でも3日分でできれば1週間分の食料品が必要と言われています。

災害時用の非常食のみを備蓄するのではなく、いつも利用している食品や日用品で、非常時にも利用できるものを少し多めに備蓄する、“ローリングストック”という方法を取り入れるとより手軽に備えることもできます。この機会災害時の備えを確認してみましょう。



防災の日の給食は、非常食の山菜玄米めんとなっています。災害時に備え、子ども達に非常食を食べる経験をしてもらいたいと考え、献立に取り入れました。また普段のテーブルと椅子ではなく、ブルーシートの上に座り食べる練習も行います。



食育活動&絵本給食

たんぽぽ組 とうもろこしの皮むき

8月の食育活動では、たんぽぽ組さんと夏野菜のとうもろこしの皮むきを行いました。皮をむき中の黄色い粒が見えてくると、「でてきた！」「みてみて！」「おおきい！」と嬉しそうに見せてくれました。

皮むきをしたとうもろこしは、おやつで美味しく食べました♪



「8月の絵本給食」

たんぽぽ組・さくら組 「やさいのおなか」

絵本に出てくる野菜と触れ合う活動を行い、その野菜たちを使用し給食を作りました。



9月の絵本給食

たんぽぽ組・さくら組「おにぎり」
新米でおにぎり作りを行う予定です。
お楽しみに！

おにぎり



おにぎり