

年末年始は食生活をはじめ、生活スタイルが普段と違うご家庭もあるのではないのでしょうか。空気が乾燥している時期でもあるため、引き続き感染症対策を行い、体調管理に十分配慮して過ごしましょう。新しい年も、お子さんの健やかな成長を見守り、食を育てていきます。



1月の行事食



おせち料理



料理ひとつひとつに意味が込められており、新しい年の幸せを願っていただきます。

お雑煮



住んでいる地域や家庭により、おもちの形や具材、味付けが異なります。

七草がゆ



年末年始に食べ過ぎて疲れた胃を休め、一年を健康で過ごせるように願います。園では、7日午後おやつに提供予定です。



小豆がゆ



小豆は、邪気や災いを払う食べ物とされていて、小正月である15日の朝に食べて無病息災を願います。園では、小正月会を行う10日の午後おやつにさつまいも入りのお汁粉を提供予定です。



おもちの食べ方に注意！

おもちは、日本の伝統的な食べ物のひとつです。食べる時は食べ方や与え方に注意して美味しくいただきます。

おもちデビューのタイミングは？

- ・乳歯が生えそろっている → 3歳頃が目安
- ・上手に噛めて飲み込む力がある (個人差あり)

与えるときの注意点

- ① 小さめにちぎる
- ② 口の中に入れすぎない
- ③ きな粉などをまぶして食べやすくする
- ④ 食べている時に目を離さない



～手をていねいに洗いましょう～

寒いと水が冷たいため「手抜き洗い」になりがちですが、ウイルスや細菌による感染症、食中毒などを予防するためにしっかり洗うことが大切です。ハンドソープを手につけて、手の平、手の甲、指、爪、手首までこするように洗ってから流水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでふきましょう。



クリスマス会に参加しました



12月19日はクリスマス会でした。以上児クラスの子どもたちはホールでランタンを灯しながら会食会を行い、いつ元違う雰囲気の中食事を楽しみました。自分のお皿に料理を取り分けるバイキングも体験♪栄養士からのメニュー紹介や配膳マナーについての話に耳を傾け、楽しんで美味しくいただきました。

