



ご入園・ご進級おめでとうございます！新入園のお友だちはドキドキの毎日ですね。様々な経験を通して、みんなで食べる喜びや食事に興味を持てるような環境作りに努めてまいりたいと思います。今年度もよろしくお願いたします！



～保育所での食事に慣れるために～



朝ごはんを食べましょう



初めのうちは、子どもたちも新しい環境の中で過ごすことに、不安や緊張を覚えていることと思いますが、みんなで食事をする楽しさに気づけるように、保育者や調理担当で協力して進めていきたいと思います。

保育園のメニューの配布などもしておりますので、食に関する悩みだけでなく、気になるメニューなどがありましたら、気軽にお声がけください♪

私たちの体温は、寝ている間は下がっています。朝ごはんを食べることで、消化器官に刺激が与えられ体温が上がります。これによって脳の働きを活発にし、体を目覚めさせ、スムーズに活動ができるようになります。

朝から元気に過ごすためには、朝ごはんをしっかり食べることがとても大切です。早寝早起きの習慣をつけ、生活リズムを整えて登園できるよう、ご家庭でのご協力をお願いします。

⚠️ 食べものによる窒息に注意しましょう ⚠️

2月の下旬に小学1年の男児が、給食で出されたうずらの卵を喉に詰まらせ、死亡した事件がありました。当園でもさらに気を付けて給食の提供をしていきたいと思っておりますが、ご家庭でも喉に詰まる危険性のあるものは避ける、もしくは目を離さないようにするなどの対応をお願いします。

<注意ポイント> (子ども家庭庁より)



- 1 パン、カステラ、こんにゃく、きのこ類、海藻類、ゆで卵、肉などは、1cm程度まで小さくして与えましょう。
- 2 球形の食品（プチトマト、ブドウなどの果物、飴、チーズ、うずらの卵など）は、吸い込みにより窒息の原因となります。4等分にして、ブドウの皮などは除去してから与えましょう。
- 3 いか、エビ、貝など噛みきりにくい食材は0。1歳児には与えないようにしましょう。気管・気管支に入りやすい豆・ナッツ類は、5歳以下の子どもには食べさせないようにしましょう。
- 4 食品を口に入れたまま遊んだり、話したり、寝転んだりさせないようにしましょう。また、泣いている子どもをあやそうとして、食品を食べさせるのはやめましょう。

※あくまでも推奨であり、子どもの発達に合わせた形態で提供するのが1番です。柔らかいものばかりですと噛む力が育ちません。逆に硬すぎると噛み切れないことから丸呑みに繋がる危険もあれば、細かく刻んだものばかりですと、自分の一口量を学ぶ機会が失われてしまいます。そのため、子どもの一口量や咀嚼機能の発達を気にしながら進めていけるようにしましょう。