



新しい生活にも少しずつ慣れ、給食の時間も楽しめるようになった頃かと思います。ベビかろでは給食の時間を通して様々な食の経験を得られればなと考えています。子どもたちの好きがさらに増えるよう食べることを一緒に楽しんでいきたいです。

好き嫌いは出てくるのがあたりまえ

幼児期における食べものの好き嫌いは、子どもたちの成長と発達に要因があることが多いと言われています。自我が発達し「好き」「嫌い」など自己主張ができるようになってきたという証拠です。また、それに加えて口の機能の発達が、好き嫌いを生じさせるきっかけとなることもあるといわれています。保育園では食べたのに…実は集団で食べるということが保育園での給食の強みの一つです。お友だちが食べているのを見て「自分も食べてみようかな…」という気持ちになることも多いものです。

まずはお皿に乗せるだけで大丈夫。
視覚で認識することも食事において大事な行動になります。

少し興味を示したら1口だけ挑戦してみましょう。すごく小さくても大丈夫「食べられた」という経験が次に繋がります。

味付けや形を変えてみましょう。同じ食材でも味付けや形を変えると小さなきっかけになるかもしれません。
※味付けを濃くすることは避けましょう

「今」は食べられないんだな、と受け入れましょう。極端に偏ってなければ大丈夫。食事は楽しいと思えることが最優先です。

5月5日は子どもの日

こどもの日は、「端午の節句」とも言われています。もともとは男の子の健やかな成長や幸せを祈ってお祝いをする日でしたが、現在では子どもたちみんなが元気に育ち、大きくなったことをお祝いする日です。こいのぼりの鯉という魚は、流れが速く強い川でも元気に泳ぎ、滝をも昇ってしまう魚です。そんなたくましい鯉のように、子どもたちが元気に大きくなるようお願いを込め飾られています。



柏餅

柏の葉は、新しい芽が出るまで落ちないことから、子孫繁栄の縁起を担ぐとされています。



ちまき

病気を避け、子どもが元気で健やかに成長することを願って食べられています



筍

たけのこは成長が早く、大きくまっすぐ成長することから子どもたちが筍のようにすくすくと育つことを願い食べられています



菖蒲湯

菖蒲の葉っぱは香りが強いので、病気を悪くするものを追い払ってくれるとされているそうです



鎧兜

鎧兜は身を守る道具であることから子どもを災いから守ってもらう意味を込めて飾ります

