

# 食育だより

2026年春号  
山の手保育園

ご入園、ご進級おめでとうございます。

春の暖かな日差しの中、新年度がスタートしました。

園での「食」の時間を子どもたちに楽しんでもらえるよう、給食室一同協力していきたいと思っておりますので、今年度もどうぞよろしくお願いいたします。

4月の行事食は、新入園児歓迎会とこどもの日の集いを予定しています。

ぶどう組・めろん組さんは、通常通りごはんを持参してください。

## 園の給食について

- ❖ 園では基本、給食とおやつ（15時）を提供します。  
別府市の献立を参考に、栄養士が毎月献立をたてています。
- ❖ 3歳未満児さんは朝のおやつ（9時）を提供します。  
主に果物・ちりめん・乳製品などを提供し、牛乳は週1回程提供しています。
- ❖ 正面玄関に当日の給食メニューを展示しています。
- ❖ 発注や仕入れの状況により、献立や食材を変更する場合があります。
- ❖ 離乳食・アレルギー食は、メニューや味付けを変更して作っていますので、何か変化があった時は必ずお知らせください。

## 「いただきます」という言葉を大切に

「いただきます」という言葉は、2つの気持ちが込められています。  
1つは、食物を育てる人やそれを運ぶ人、料理をする人など、食卓に並ぶまでに携わる様々な人への感謝です。  
もう1つは、肉や魚、野菜や果物にも命があると考え、それらの命をいただき、私たちの命に代えさせていただいているという食材への感謝です。  
子どもたちと食事をしながら、「魚はどこから、どんな風にみんなのお皿の上に来たのかな？」などのやり取りをしてみるのもいいですね。  
食事をいただくことに感謝の気持ちが膨らみます。