



# 3月食育だより



令和8年3月31日

太陽・月組保護者各位

小島保育園

今月の食育の日は、1年間食育の日で学んできたことを振り返りました。5月と6月に作った栄養素の表を見ながら、特に覚えておいてほしい「食べ物の栄養素」について重点的にお話ししました。頭に残っている児も多く、4つの色の栄養素にはどんな食べ物があったか尋ねると、手を挙げて答える姿が見られました。「がんばったでしょう」の表彰状を受け取る姿も嬉しそうでした。

ホワイトデーの由来とO×クイズを楽しんだ後、保育室へ戻りケーキバイキングをしました。2種類のケーキとフルーツゼリーを選び「おいしいね」と、どの子も笑顔で何度もおかわりをして食べました。



## <春の生活習慣>

入学、進級に向けて  
生活リズムを身に付けよう

- ・早寝早起きをしよう
- ・元気な1日は朝ごはんから
- ・毎朝うんちでおなかすっきり

## 賞状をもらいました☆

4月から始めた食育の日。  
栄養や食に関することを学ぶ  
ことができました。

食育カードの記入では保護者  
の皆様にもご協力いただき、  
感謝しています。

ありがとうございました。

