



## 活発に動く身体 自ら進んで行う意欲

### 活発に動く身体と自ら進んで行う意欲を育てる

子どもたちはおいしく楽しく食べた記憶をその小さな体全体に刻み込みます。

そして、将来大人になった時に、何を食べなければいけないか判断したり、味付けをしたり、幸せな食卓とは何か…を考えるときの重要な判断基準になります。認定こども園いのやまではできるだけ安心安全な食材を使い、化学調味料や合成添加物を使わない方法で給食作りを行います。また、子どもたちの健全な脳と体を作るには、私たち日本人の体に合った伝統和食が一番よいと考え、旬の食材、野菜を使った和食を中心に献立を作成します。

食生活はやはり家庭での経験が一番大きな影響を与えることには変わりありません。ご家庭においても、食への感謝と「早寝早起き朝ごはん」の規則正しい生活習慣について気配りいただきたいと思います。

また、認定こども園いのやまでは週2回の手作り弁当日を設け、保護者の皆様にも園の食育に参加していただきます。お母さんやお父さんが心を込めて手作りしたお弁当が何よりも一番良いからです。

優しさと愛情のこもったお弁当の記憶は将来忘れられない大切な心の宝物になっていきます。