

# 食育だより

令和 6年 7月



気温も高くなり、いよいよ夏本番となっていました。

これから季節は、熱中症に十分注意が必要です。熱中症にならない為にも、水分補給が大事ですが、子どもたちは遊びに夢中で水分補給を忘れがちです。大人の方からこまめに声掛けを行い、水分補給を確実に行いましょう！！

6,7月でいくつかの食育を行いましたのでご紹介します。

●6月27日、28日 手洗い指導（つくし組、ひまわり組）

つくし組、ひまわり組さん 手洗いチェックカードを使用し、手洗い指導を行いました。



上手に洗えてるかなー??



洗い残しが  
いっぱいだったー！！



ピッカピカだね★

2024/06/28

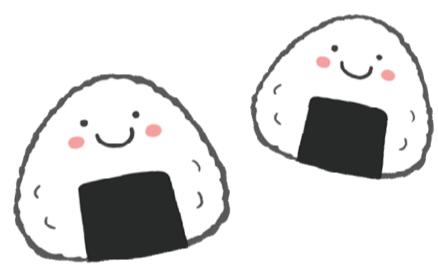
もう一度  
仕上げ洗い！！



手のひらは洗えていましたが、手の甲、指の間、指先を洗い忘れる子どもたちが多くいたように感じました。  
手洗いチェックカードを使用し、洗い残しを把握できたので、仕上げ洗いでしっかりと洗えていました！！

●7月10日 災害食体験 アルファ化米 おにぎり作り（たんぽぽ組、つくし組、ひまわり組）

たんぽぽ組、つくし組、ひまわり組さん 災害食 アルファ化米を使用し、おにぎり作りを行いました。  
災害食用アルファ化米にお湯を注ぎ、約15分置くことで、白米ができあがります。



ご飯が炊けた  
においがしたよー！！



アルファ化米とは、、、  
炊飯したり煮たりしたお米を熱風で急速に乾燥させた  
お米なんだそうです！！  
なので、よく見ると、お米の形をしていました！！

子どもたちは、アルファ化米に興味津々！！おにぎりは、みんな上手ににぎっていました🍙