

## 毎月第3火曜日は「お弁当の日」・・・笑顔！笑顔！笑顔！があふれます。

～愛情がたっぷり詰まった手作りのお弁当を美味しそうに食べている様子をお伝えします。～



真岡市内の小・中学校では、毎月第3火曜日は給食ではなく「お弁当を食べる」日になっています。これは、家庭でも「食育」について考える機会となることを期待して実施しているものです。近年の食生活の変化による栄養の偏りや不規則な食事、生活習慣病の増加など、さまざまな課題が指摘されています。本園でもその趣旨に沿い、「お弁当の日」を実施しています。愛情が詰まったお弁当を親が作り、それを子どもたちが食べることにより、親子の絆を深めるだけでなく、楽しく、規則正しく食べる習慣が自然に身につくことができれば素晴らしいと思います。



愛情たっぷりのお弁当を美味しそうに食べる年少組さんのお友だち。パンダを模したおにぎりなど本当に工夫されています。



カメラを向けるとしっかりとポーズを決める年中組さん。いろいろあざやかなお弁当を「ネエ見て見て！」と言って、うれしそうにみせてくれました。デザートもおいそうです。



「美味しい顔ってどんな顔」と聞くと、いろいろな表情を見せてくれた年長組さん。フォークやお箸を上手に使って仲良く食べていました。すごく落ち着いていて大変立派でした！

「弁当の日」の実施を通して、食への関心を高めるとともに、感謝の心を育てていければと思います。