

あつまれ！ にこにこ会



6月12日（水）栄養士さんによる食事の話（個別相談も可）

6月は福山市の栄養士さんをお招きして、1～3歳児を中心にした『こどもの食事について』というお話を聞かせていただきました。「口の中、歯の様子を見ながら進めましょう」「声かけをしながら、一緒に楽しく食べましょう」など写真を提示しながらわかりやすく話してくださいました。その後、「食事の量が少なくてどうしたら食べてくれるようになりますか？」「おかずをあまり食べたがらないんです。」など個別の相談も多くの方に気軽にしていただけました。

子どもたちは、ボールプールや車で遊んだり、風船カエルを作ったりして楽しく過ごしました。先月会ったお友達と少しずつ仲良くなって「（ハンバーグ）どうぞ」とお皿に載せたハンバーグを渡し、ありがとうという気持ちでうなずく姿も見られ、ままごと遊びも盛り上がりしました。

実際の年齢別食事の
目安の写真です



【食事の話】

写真を見ると
わかりやすい

具体的にアドバイス
を聞いて良かった



【個別に相談中】

道路のパズル！
ここは坂道！

どこに貼る？



【風船カエル作り】



【車&道路パズルコーナー】

【感想】（一部紹介）

- 自由に遊ぶ時間がたくさんあり、子どもはずーっと楽しそうに遊んでいました。食事の事も話が聞いて良かったです。
- 食について話を聞くことができて良かったです。今回聞いたことを参考にしていこうと思います。
- 個別で栄養相談もできて自由遊びもできたので良かったです。
- 園児の様子も見られたので良かったです。
- たくさん遊べて良かったです。食育は興味があるので聞いて良かったです。