

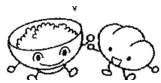
4月は、新しいお友達や先生、環境の変化に戸惑いながらのスタートです。  
園での生活リズムを整えていき、園の食事にも慣れたくさん食べてくれればと思っています。  
みんなが喜んで食べてもらえる美味しい食事作りで、元気に生活できる身体づくりを応援していきます。

## 朝ごはんを食べよう！

朝ごはんは、1日の始まりに欠かせない大切なエネルギー源。休息状態にあった脳や体を目覚めさせる役割や生活リズムを整える役割があります。

### ①パワーの源・主食

ごはん、パン、めん類  
シリアルなど



### ②筋肉や血の源・主菜

目玉焼き、焼き魚  
ハムステーキなど

### ③体の体調を整える・副菜

野菜サラダ、おひたし  
果物など



### ④汁物・飲み物

みそ汁、スープ  
牛乳など

午前中に散歩に行ったり、遊んだりと体を使っての活動がいっぱいです。  
朝食をしっかり食べて登園してくださいね。

## うらら農園で夏野菜の準備・・・

夏野菜のキュウリ、トマト、スイカ、かぼちゃなど9種類の苗を植えました。  
子ども達は、話をよく聞いて一つひとつ丁寧に植え付けをしていきました。  
ゆり・ひまわり組が苗を植え、たんぽぽ組は、とうもろこしの種を蒔きました。



ちよっぴり緊張気味に作業するゆり組



スイカにビニールキャップ、かぼちゃに行燈をかけ成長を促します。



## 園舎西側の畑の野菜たち

小さいクラスの子も達が収穫を楽しみにしています。



玉ねぎの収穫が面白く次々抜いていきました。



そら豆にアブラムシが付き心配したけど順調です。

