

～おうちでいただきますの日～

毎月19日は「食育の日」、第1日曜日は「ファミリーコミュニケーションの日」

おいしく！おかわり！いきいき！そだつ！ 11月号

食事の手伝いが感謝の気持ちやマナーを育みます

買い物、調理、盛り付け、配膳などの準備から、食後の片付けや食器洗いなど、家族の食事に関わる手伝いをさせてみましょう。幼児期に大切な、「家族の一員である」という実感が得られると同時に食事が整うまでの手間を知ることで、作ってくれる人への感謝の気持ちも育まれます。このような暮らしが土台にあると、5歳頃には「楽しい食事」のために心配りができるようになります。それに伴い、自分の箸づかいや姿勢、会話といったマナーも客観的にみることができ、直そうという心がけにも繋がります。

