

総幼研レポート2017年9月29日号に 津久井幼稚園の Noおかずday の取り組みについて掲載されました!

昼はおにぎりで元気

子どものお弁当、どうしよう。忙しい親は日々悩む。そんな中、横須賀市の津久井幼稚園は10年前から週3回、昼食はおにぎりだけの「ノーおかずデー」にしている。

園長の余郷さんは「みんな喜んで食べ、残す子はほとんどいません」。以前は、毎日弁当を持参。嫌いなおかずを泣いて嫌がる子や、わざと床に落とす子もいた。「野菜が嫌いでも、ほかの食品で栄養を取れば問題ない。昼の1食程度はおにぎりで十分」と主張する管理栄養士の幕内さんに共感し、おにぎりだけの昼食が始まった。同園では、毎日園庭を走り回ったり体操したりして十分体を動かすが、栄養不足で体調を崩したり、成長が遅れたりする子どもはいない。朝、子どもとゆっくり過ごせると親にも好評だ。「嫌いなものを無理して食べさせなくていいと分かったら、親もイライラしなくなる。子どもが笑顔で楽しく食べるのが一番ではないでしょうか」。

(平成29年7月9日付 読売新聞より)



総幼研レポート
Soyoken Report

・総幼研サマーフォーラム開催報告②

2017年
9月29日号

