



わくわくだより



【たまきな幼稚園】 TEL 0968-72-5807 <http://tamakina.ed.jp> 文責 たまきな幼稚園 近藤明枝

たまきな幼稚園は、子どもが元気に育つため「毎日の食事」はとても大切だと考えています。子どもたちが「わくわく」「楽しく」ごはんを食べ、のびのび成長しますように！

子どもの飲み物は「水・番茶・麦茶」で！

子どもの食生活で大切なのは「飲み物」。

飲み物でカロリーをとってしまうと、肝心のごはんが入らなくなってしまいます。

子どもの飲み物は、カロリーのない「水か番茶、麦茶」にしましょう。

清涼飲料水（スポーツ飲料を含む）は、子どもが多量に砂糖をとってしまい、肥満、情緒不安定（イライラやかんしゃく）などの原因に・・・子どもには与えないようにしましょう。

たまきなの給食・おやつでは、いつも「三年番茶」

天日干した茶葉を三年寝かせた「三年番茶」。消化吸収・新陳代謝を高め、体を温めます。カフェインがなく、赤ちゃんから飲めますよ。



給食食材の取引先その② 「林田薬局」

長洲町で、自然食品や漢方薬、自然化粧品などの販売をされている薬局です。

「こどもたちに元気に過ごしてほしい」

と、無添加調味料や三年番茶、高野豆腐、お麩、カレー粉やシチュー、スパゲティなどのオーガニックな食材をたまきな幼稚園に届けてくださっています。

健康のための勉強会、料理教室なども開催されていますよ。



【林田薬局さん】TEL 0968-78-0653

年長そら組さん 「みそ作り」 しました♪

「おいしくな～れ♪」「おいしくな～れ♪」
こうじの「きんちゃん」がたくさん働いて
おいしいおみそを作ってくれますように。
願いをこめて、大豆をつぶしたり、
こうじと混ぜたり、みんなでがんばりました！

