



給食だより



2025年 5月 春日つぼみ保育園

新緑の季節になり、春の旬をたくさん味わえる季節になりました。進級してから1ヶ月が経ち、新しい環境にも少しずつ慣れ元気な姿が見られます。GWは長いお休みが続きますが、この時期は新しい環境の疲れもたまり体調も崩しやすくなってきます。ご家庭でも食事の栄養バランスや十分な睡眠をとるように心がけましょう。

食べない理由はなんだろう・・・？

①感覚的 な理由



食べることに関わる五感が過敏、鈍麻であることにより、味や食感の刺激を強く感じやすい・感じにくいなどの理由から、食べれないものが多くなる場合があります。

例

- 見た目やこだわりが強く、形状や色が変わると同じ食材でも食べない。
- サクサクした食感が痛く感じる、もっちりしたものが気持ち悪く感じる。
- スープなどザラザラと舌に残る感じが苦手で受け付けられない。

②機能的 な理由



咀嚼や嚥下に関わる口腔機能が未発達であることにより、食材をうまく噛めない・うまく飲み込めないという理由で食べれないものが多くなる場合があります。

例

- お肉、キノコ、繊維のある野菜なども歯でうまくすり潰せない。
- 細かく刻んだものや、口の中でバラバラになるものが苦手。
- 魚やパンなどパサパサしていて食べ辛く感じる。

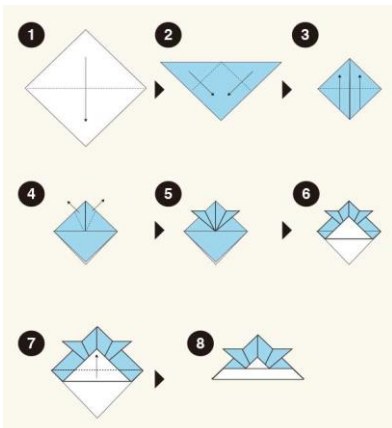
③精神的 な理由



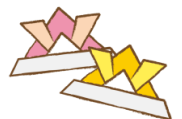
過去に食べることで嫌な体験をしたことや、環境やタイミングによってプレッシャーや不安が強いと、食欲が湧かずに食べれないことがあります。

例

- 喉に詰まらせることや、気持ち悪くなるのが怖くて不安。
- 残さず食べなければいけないことがプレッシャーに。
- そもそも、食べることが嫌いになってしまっている。



子どもの日メニュー【かぶと春巻き】



最後⑦で差し込むときにお好きな具を詰めて、
水溶き片栗粉でのりづけをして油で揚げます。
楽しい＆美味しいですよ♪

