

# 1月の食育 七草に触れる

ニチイキッズ富安保育園



七草のお話が始まりました。「年末年始のお休みにたくさんおいしいものを食べたかな？  
七草を食べておなかもひと休み。  
おなかの調子を整えて冬も元気に過ごしましょうね。」  
さあ七草を触ってみよう！



召し上がり！

くんくん  
どんな匂いがするかな？

いただきます！

1月7日は『七草の節句』。  
みんなで七草のお話を聞いて、七草を触りました。  
ちぎってみたり、くんくん匂いを嗅いでみたりしました。  
給食で七草おにぎりを食べましたよ。

これがすずな、すず  
しろ…ごぎょう…  
こっちがはこべら?  
せり?

