

保護者様の感想(原文のまま紹介させていただきます)

- 息子は、3兄弟の中で一番食わず嫌いでしたが、昨年あたりから「食べてみたらおいしいかも」という言葉に反応し出し、いろいろな食べ物に抵抗感をあまり感じず食べられるようになってきました。  
今では、3人の中で一番好き嫌いなくなんでも食べられるようになってきました。  
子供の成長は、一気にグッとくるので、驚きですね。  
食べられるようになったきっかけは、嫌だと思ったもので、食べたらいしかったからだそうです。  
続けることは、大切だなと感じます。
- 帰宅して、3つのグループについて習ったことを教えてくれましたが、保育所で習った白のグループがなかったので、どちらが本当かと聞かれました。  
我が家でも好き嫌いがありますが、料理によっては食べられたり、給食では食べられたりしています。
- 嫌いでも食べないと、健康な体づくりができないと思ったようです。  
少しの量から食べてみようという気持ちになったようです。
- 先生の思い、ごもつともで同感です。  
いかに苦手な野菜を食べられるようにするか、衣・食・住の中で食が一番毎日頭を悩ませています。  
メニューに困った時は、給食の献立を参考にさせていただくことも多々あります。  
小学校は、日本の産地メニュー、中学は世界の名産メニューととても工夫されていて、親の自分も毎月見るのを楽しみにしています。  
早くコロナが終わり、給食試食会に行けるのが待ち遠しいです。  
いつもありがとうございます。
- 帰ってくるとすぐに、先生からお話があったことを教えてくれました。  
夕食は良く食べるのですが、朝食の進みが悪く・・・でも、昨日のお話のお陰で食べようと頑張る姿が見られました。  
これからも、同じものだけでなく、新しい食材や苦手なものも頑張って食べる意欲を持ってもらえたらと思います。  
ありがとうございました。
- 苦手な野菜や初めて食べる料理は、必ず一口は食べてみるようにしています。  
食わず嫌いで、実際に食べてみたらおいしかった!と言って、好きになったものも、いくつかあります。  
今回、3つのグループの勉強をして、バランス良く食事をする事の大切さを知ったようです。  
我が家でも、バランスの良い食事を作れるよう、心がけたいと思いました。

- トマトが、苦手なで食べられませんでしたがトマト煮などにすると食べられるので、煮て食べます！  
あと、休みの日で、ジャンクフードを食べた次の日は、たまに、トマトを生で無理やり食べてもらいこともあります。  
基本トマト以外は、食べられる子なので、日頃から、ちゃんと食べてくれています。😊
- 食べ物の3つのグループを学校で教わったので、家での食事でも、3つのグループを意識して偏りのないように食べるようにしていました。  
「学校の給食も、全部残さず食べる。」と、目標を立て、頑張ると話していました。
- 食べ物の好き嫌いは、ほとんどありません。  
見た目だけで食べるのを嫌がった事もありましたが、一口でも食べるようにさせてからは、「食べてみたらおいしい。」と、なんでも食べてみてくれるようになりました。それでも、ピーマンやナスは食べないこともあったので、一緒に育てて収穫したり、一緒に料理をすることで、食べるようになり、今では大好きです。
- いつもお世話になっております。  
「緑のグループのものを食べないと便秘になったり、体の調子が悪くなるんだよ!」と授業で習った事をたくさん、教えてくれました。  
食事中も、「これは緑だね。赤はどれかな?」と楽しく話ながら、ご飯を食べていました。  
食べたものが、自分の体になることを改めて意識した週だったと思います。  
これからもご指導よろしく願いいたします。

