

5월 부모교육

음식은 바르게 앉아서 먹어요

영아들이 건강하게 자라나기 위해서는 음식을 골고루 잘 먹는 것도 중요하지만, 올바른 식사 습관을 기르는 것도 중요합니다.

우리 영아들이 음식을 먹을 때 바르게 앉아서 올바르게 식사를 할 수 있도록 지도하는 이유도 그것 때문입니다, 건강한 생활을 위해서 골고루 먹고! 바르게 앉아서! 즐겁게 먹어야 합니다.

영유아기는 식습관이 형성되는 중요한 시기이니 우리 영아들이 올바른 식사습관을 가질 수 있도록 가정에서도 각별히 신경 써주시길 부탁드립니다.

‘식사는 어디에서 해야 할 까?’

‘식탁에 바르게 앉아서 함께 맛있는 음식을 먹을까?’

음식에 흥미를 느낄 수 있도록 건강하고 맛있는 식사와 간식을 준비해주시길 바라며, 부모님이 먼저 본보기가 되어 주어 아이가 자연스럽게 식사 예절을 익힐 수 있도록 해주세요.

가족과 함께 식탁에 둘러앉아 맛있는 음식을 먹는 행복을 아이가 알 수 있기를 바랍니다. 고맙습니다.

<출처: EK(주)-월간유아 by 키드키즈>

5월 부모교육

Sit up straight while eating

음식은 바르게 앉아서 먹어요

For infants to grow healthy, not only having a balanced diet but also having correct eating habits is important.

영아들이 건강하게 자라나기 위해서는 음식을 골고루 잘 먹는 것도 중요하지만, 올바른 식사 습관을 기르는 것도 중요합니다.

That is why we teach our kids to have meals correctly sitting straight. For a healthy life, a child should have meals evenly, in a correct posture, and happily.

우리 영아들이 음식을 먹을 때 바르게 앉아서 올바르게 식사를 할 수 있도록 지도하는 이유도 그것 때문입니다, 건강한 생활을 위해서 골고루 먹고! 바르게 앉아서! 즐겁게 먹어야 합니다.

Please pay deep concerns on your kid's eating habits at home as this age is the critical period that his/her lifelong eating habit is formed.

영유아기는 식습관이 형성되는 중요한 시기이니 우리 영아들이 올바른 식사습관을 가질 수 있도록 가정에서도 각별히 신경 써주시길 부탁드립니다.

‘Where should we have a meal?’

식사는 어디에서 해야 할 까?’

‘Shall we have delicious food sitting up at the table?’

‘식탁에 바르게 앉아서 함께 맛있는 음식을 먹을까?’

Please prepare healthy and delicious food and side foods so that your child gets interested in foods and parents be models of your child to make them learn their eating etiquette naturally.

음식에 흥미를 느낄 수 있도록 건강하고 맛있는 식사와 간식을 준비해주시길 바라며, 부모님이 먼저 본보기가 되어 주어 아이가 자연스럽게 식사 예절을 익힐 수 있도록 해주세요.

We hope your child would learn the happiness of eating with the family members sitting around a table. Thanks.

가족과 함께 식탁에 둘러앉아 맛있는 음식을 먹는 행복을 아이가 알 수 있기를 바랍니다. 고맙습니다.

<출처: EK(주)-월간유아 by 키드키즈>