

食育だより

社会福祉法人 大和善隣館
 幼保連携型認定こども園 月津こども園 R4.11.1



今年度月津こども園では、食育目標を「様々な『食』との出会いを通して豊かな心を育む」としています。
 ・『食』 べることを楽しむ→好きなものをおいしく、苦手なものにも挑戦するなど食べることに関心をもつ。
 ・『食』 材に触れる→形や色、触感（食感）、香りなどを知る。
 ・『食』 文化を知る→伝統的な和食文化に触れたり旬の食材から季節を感じたり食事のマナーを身につける。地産地消を味わう。
 ・『食』 材を意識する→野菜や果物、お米などの食材としての植物を自分達で栽培したり収穫したりすることで食材に興味・関心を持って感謝する。
 これらの様々な『食』を子ども達は4月からいろいろなかたちで体験しています。各クラスの子どもの活動の様子をご紹介します。



☆子ども達は毎日とってもいい笑顔でもりもり食べて元気いっぱい遊んでいます！



☆「お店屋さんごっこ」で作ったたこ焼きを今度は本当に作って食べました！かつお節も削りいい匂い〜♪



☆ひまわり組さんは食材の色分けに挑戦しています！だしのうま味を知り次は「お味見当番」にチャレンジです！！

★月津こども園での食育活動は0~6歳各年齢職員と子ども達が一緒になって「食」を通して多くのことを感じ、そして楽しんでいます！

野菜の皮むき体験

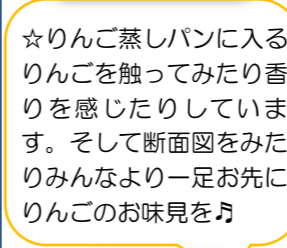
☆その日の給食の材料に使用する野菜を洗ったり皮をむきました。上手にピーラーや手を使いながら楽しんでいます！



☆「たまねぎの中ってどうなっているの？」と、気になったので切って中を観察中！玉葱の皮をむくとオレンジ色から白くなったねと子ども達は様々なことに気が付きます！

☆キャベツやレタスの葉っぱをむきむき♪

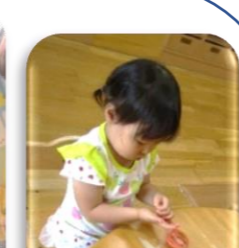
「かたいねー」「なんかにおいするー」



☆りんご蒸しパンに入るりんごを触ってみたり香りを感じたりしています。そして断面図をみたりみんなより一足お先にりんごのお味見を♪



☆野菜や果物の他に「乾物」にも触れました。乾物のお話を栄養士から聞き、高野豆腐やわかめ、ひじきなど乾燥した状態を触り匂いを嗅いだりし、その後水を入れ、しばらくしてから触ると・・・子ども達は硬さや大きさ、色の違いに気づき大盛り上がり！その日の給食の江戸っ子煮に入っているたくさんの乾物を見つけながら楽しい食事時間になりました。



☆たけのこやとうもろこしの皮むきやそらまめのさやむきなどは旬である時期でしかできない体験です！



☆旬の梅を使い梅シロップや梅干しづくりです。日本の「食」を受け継いでいきたいです！

☆「小松とまと」でジャム作り！トマトの中をのぞいたり、小袋に入れて「ぎゅっぎゅっ！」とつぶしてお鍋に入れてぐつぐつ♪ジャムケーキにしたり、ジャムサンドにしたりして食べています！

☆地産地消！「小松とまと」や「小松産大麦」を使用した献立がたくさん入っています。



☆じゃが芋はフライドポテトに！包丁を使い上手にポテトの形に切れました！

☆収穫したスイカでフルーツポンチづくり♪スイカをくり抜く作業も手早くさすがです！フルーツポンチに入るカルピス寒天も手作りして暑い夏にはピッタリでした！

☆栽培したナスは、かわいく型抜きしてピザにして食べました！自分で作ったピザおいしかったね！



☆みんなで育てた枝豆は茹でておにぎりにしました。枝豆の味はどうだったかな？



☆離乳食～みんなで食べられる食材お米を0.1.2歳児の子ども達が研いでくれました。園ではお米そのものに触れる機会が今まであるようではなかったのですが、子ども達は最初は戸惑う姿もみられましたがすぐに興味を持ち意欲的にお米を研ぎ始めました。両手でシャカシャカ洗ったり片手はボールに手を添えて上手に洗っている子もいて普段家で見ていたのかな～と思うぐらいみんな上手に研いでいました。その日は、研いだお米はおにぎりにしてあっという間にごはんのボールは空っぽになりました！

次回も子ども達の載せられなかった活動やこれから行う活動の様子をお知らせします！