

## 2021 食育の取り組み



## 取り組んだ動機

戸塚園では野菜というくくりで苦手意識が強い子が多い。残食も野菜が特に多い。食べる様子を見に行くと、かぶと大根の違いが分からなかったり、食材の姿を見る機会がない子が多いように感じた。

戸塚園では地元の八百屋さんがこだわって地のものを持ってきてくれているのもったいなと思った。コロナ禍で気軽に食材に触る機会が作れない中で、どうやって食材に興味を持ってもらえるのか考えた。

## 活動のねらい

普段食べている料理にはどんな食材が入っているか、またその食材はどんな形をしていてどこから来たのか？一年を通して食材の旬とリンクさせながら「食べ物」について知る機会を増やす。

SDGsを取り入れ、給食室でできることを探し、ごみの削減に着目し食材を無駄なく使用することを目指す。

コロナ禍で開園二年目となる戸塚園だからこそできる食育の形を見つける



## 活動内容

- SDGsを取り入れ、捨てる生ごみや食べ残しを減らす

→だし昆布、だしかつおを捨てずに料理に使う。昆布はお味噌汁の具や煮物の具として再利用。だしかつおは炒ってふりかけにし、ご飯のおともに。

- 野菜の端材で野菜スタンプを行う。

→その日食べる食材の端材でスタンプをすることで、硬さや色、におい、食材の形がわかるように。また、旬に合わせて一度きりではなく継続して行い、「給食だより」にも使用して楽しさを伝えた。

- 絵本や実物を活用して、調理される前の食材を知る機会をつくる。

→給食室がガラス張りになっているので翌日使用の食材を並べ、誰でも見られるようにしている。日本地図を張り、どこの産地のものなのか分かるように。

気になった食材がどんな風に育つのか過程を知るため、「豆苗」を育てた。



### 工夫した点

子どもだけではなく、保護者に向けて戸塚園ではどんな食育の取り組みをしているのか毎月給食だよりで発信し、給食を作る際に気をつけた点などを給食の写真と共に毎日掲載した。



### 子どもたちの反応

最初は反応も薄く、残食の変動もなかったが夏を過ぎると食材の形と名前が一致するようになり、興味をもってくれるようになった。

相変わらず野菜の残食は目立つが、絵本の効果も大きく「大きなかぶ」を読んだ後のかぶのメニューは食べがよくなるなど野菜の苦手意識も薄れてきている。

だしかつおで作るふりかけは好評で、ごはんの進みも良い。

端材のスタンプは人気で、家庭でもやってみるとい保護者の声も上がった。

