

食育活動

2023 年度



3 歳児



4 歳児

4月 全園児さん 春野菜を知る
新キャベツ、新たまねぎ、新じゃがいもを、よ〜く見たり、匂いを嗅いでみたり、皮をむいてみたり、いろんな発見がありましたね。



5 歳児



4月 5 歳児さん のりの佃煮を作る
調理工程を教してもらって、のりの佃煮を作りましたぁ。のりをちぎるのはとっても楽しそう。自分たちで作ったのりの佃煮ごはんは最高でした♪のお顔をしていました。お家でも作ったというお声も頂きました。



5月 全園児さん そら豆の皮むき

さやの中に入っているそら豆を初めて見た園児さん、自分でさやから出すのが初めての園児さん、楽しんでそら豆さんに出会いました。さやえんどうや大豆など、いろいろなお豆にも出会いました。



1 歳児



2 歳児



5 歳児



3 歳児



4 歳児



1 歳児

2 歳児

3 歳児



3 歳児 どんな匂いかな？

4 歳児



5月 全園児さん みそ作り

大豆と塩と麴でできているお味噌作りに挑戦しました。1 歳児さんもゆでた大豆をつぶして、5 歳児さんで仕上げをしました。みんなで作ったお味噌、美味しくなあれ、美味しくなあれ。



4 歳児 綿棒でしっかりつぶしましたあ。



5 歳児



7月 全園児さん 寒天を知る・赤しそシロップ

*ゼリーが好きな子供達も、寒天は初めて見たかな。手触りや、透明になったり固まったりを楽しみながら知りました。
*赤しそってこんな匂いするの?こんなきれいな色になるの?と目と鼻で確認して、おやつでは赤しそシロップジュースを飲んで、口でも確認しました。どんな味がしたかな?



8月 全園児さん 夏野菜を知る・とうもろこしの皮むき
かぼちゃやナス、キュウリ等の夏野菜に触れたり、色を観察したり。
幼児さんでは、「浮く」「沈む」野菜を考え、気づきもありました。
葉っぱにくるまれたとうもろこし。むいても、むいても…。黄色のコーンが見えた時のみんなの笑顔が素敵でした♪ がんばったね~☆



9月 全園児さん お月見団子
(さつま芋団子)作り

9月29日は中秋の名月。さつま芋の皮をむいて、お団子を作りました♪ 給食に「さつま芋みたらし団子」となって登場し、自分たちで丸めたお団子を夢中になって食べましたあ。美味しかったね。まん丸お月さんみたいだね。



9月 幼児さん 調理先生の切り方実演
「輪切り」「いちょう切り」「短冊切り」「千切り」等、いろんな切り方があるのを見て興味津々。お昼のうさぎりんごは、完食でした。もぐもぐ。

10月 幼児さん おにぎり作り

栄養士先生から、朝ごはんの大切さを学びました。

「ガオー」の手でお米を研いで、炊きあがったごはんで「おにぎり」を作って給食の時に食べました。自分たちでつくったおにぎりは、とっても美味しかったらしく、残さず食べたそうです！



番外編 11月 幼児さん ドール食育キャラバン

zoomでドールのお姉さん、バナナのスイーティオ、博士による「早寝・早起き・手洗い・朝ごはん」の大切さを、手遊びやクイズを交えて教えてもらいました。げらげら笑いあり、バナナポーズなどの体操あり。きっと子どもたちの心に残ったはずですよ。





11月 幼児さん 焼きも作り

5歳児さんが取ってきてくれたお芋を、きれいに洗って、アルミに包んで、給食先生に焼いてもらいました。残念ながら焼き芋の写真がありませんが、みんな丁寧に洗っていたので、美味しい焼きもができたようです。



11月 全園児さん 手洗い指導

ドール食育キャラバンのあった日、給食先生から手洗い指導がありました。乳児さんは午前中、午後は幼児さん。絵本、実験、ピオレあわあわてあらいで締めくくり。

『手を洗う前に食パンにさわると・・・？手を洗った後食パンをさわると・・・？』さて、どんな結果がでるかな？



乳児さん



こうやってゴシゴシするよ

幼児さん



手を洗う前で
べたべた



爪の間も
きれいに洗うよ



約7日後、手を洗わず
にさわったパンには・・・



結果を見た幼児さん「こわ〜い」「ちゃんとあらおう」と

12月 幼児さん お箸の持ち方

給食先生から「お箸の持ち方」講座がありました。3歳児さんから「使える〜」と答える子や、「難しい」と答える子も。

『まずは1本の箸を鉛筆の様に持つ練習から・・・』

3歳児さんは持ち方のお話では真剣に聞いていても、実践では難しく「できな〜い」「できな〜い」と。4歳児さんは上手に持っていました。さすが！





1月 全園児さん 冬野菜を知る・白菜の枚数・野菜スタンプ
 幼児さんたちは、野菜のシルエットクイズでれんこん・白菜・かぶ・みかん等を当てて、その後、重さや匂いを確認しました。年長さんは白菜の枚数を数え、色水につけてどうなるか実験をしました。乳児さんたちは、野菜スタンプで辰年にちなんで龍の絵を完成させました。



白菜半分の枚数は、45枚ありました！ 1玉は何枚でしょう？と聞くと「90枚！」と計算出来る子が、それと「葉っぱの色がだんだん黄色になってる」と大発見の子も！ 色水につけた白菜はどうなるかな？！ 楽しみだね



絵本『しんでくれた』

“人間は他の生き物のおかげで生きている”

給食先生が、子どもたちが元気に大きくなるよう、毎日美味しい給食を準備してくれています。その食材は、お肉、お魚、お野菜などです。生き物は生き物を食べてなければ生きていけません。「いただきます」の感謝の心が芽生えるように。



イワシだよ



2月 幼児さん 調理の先生によるお魚解体ショー

調理の先生が、サバのお魚を、三枚おろしにし、そして、切り身してくれました。なんと、このサバさんは、イワシを食べていたと！内蔵を取った時にイワシが出てきたとか。絵本のタイトルを聞いて「こわい」、お魚から血がでたら「こわい」など声がありました。子どもたちは真剣な目で、お魚が切り身になる様子を見ていました。この日の給食はどう感じたかな？「いただきます」の気持ちを覚えていたかな？

2月 5月に仕込んだお味噌を使って

1歳児さんと2歳児さんは、味噌おにぎり作りに挑戦しました！上手に丸められる子や、三角に作れる子など、それぞれ素敵なおにぎりが出来上がりました♪

3・4・5歳児さんは、五平餅を作りました。形を整えて、自家製味噌をぬって、給食先生に焼いてもらい、みんなでパクパク。「いいにおいがする」「味噌おいしい！」「明日また食べたい!!」など、とっても気に入って食べました♪



3月 ひな祭り会のおやつ「さくらもち」を自分たちで

包んだり、卒園を祝う会では年長さんリクエストメニューと、3月の給食も楽しいことが沢山ありました。写真がないので、ある日の給食の様子をお伝えします。



5歳児さん 先生と一緒に食べられるのはあと数回。

3歳児さん お箸を使って上手に食べられるようになってます

