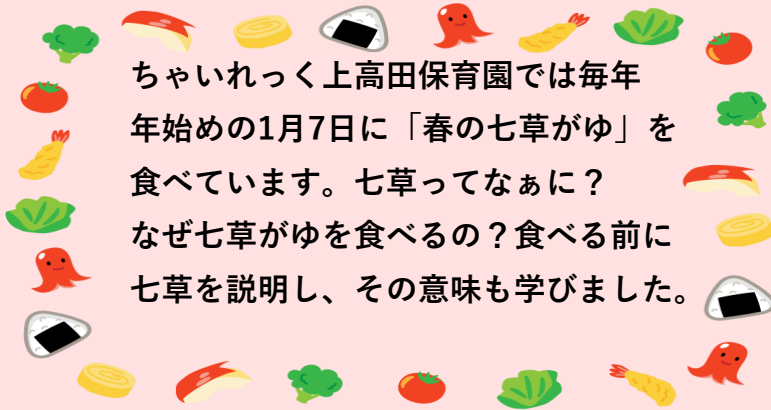


2024年度 食育活動の取り組み

『七草がゆってなあに？』



ちやいれつく上高田保育園



ちやいれつく上高田保育園では毎年
年始めの1月7日に「春の七草がゆ」を
食べています。七草ってなあに？
なぜ七草がゆを食べるの？食べる前に
七草を説明し、その意味も学びました。



せり・なずな
ごぎょう・はこべら
すずな・すずしろ
ほとけのざ



なずなって別名はペン
ペン草と言います。お
腹をなでて、今年1年
の健康を祈る意味があ
る草です。



ちやいれつく上高田保育園の食育は年齢に合
わせて行っています。今回は七草がゆを通じて日
本の食文化と季節行事を学びました。これから
も食材を実際に見て、触って、子どもたち自身
が主体的に食と健康について考えられるよう
なきっかけを作っていきたいと思ひます。



2024年度 食育活動の取り組み

『バイキング給食』 ==幼児クラスの給食==



ちやいれっく上高田保育園



ちやいれっく上高田保育園では「食べる」ことをとても大切にしています。給食の時間、職員は子どもたちに献立名を伝えるだけでなく食材や調理法も説明しています。幼児クラスになると「バイキング給食」があります。自分でお皿を持ち、主菜副菜を取りに行きます。主菜が盛りられたお皿をどう持てばお友達とぶつからないのか、今の自分はどれくらいの量が食べられるのか自分自身で考えます。



バイキング給食大好き！
鍋もからっぽになりました！



給食の先生も一緒に食べるともっと美味しく感じますね！ちやいれっく上高田保育園では給食職員も積極的に子どもたちと関わり、保育職員と連携して食育を実践しています。

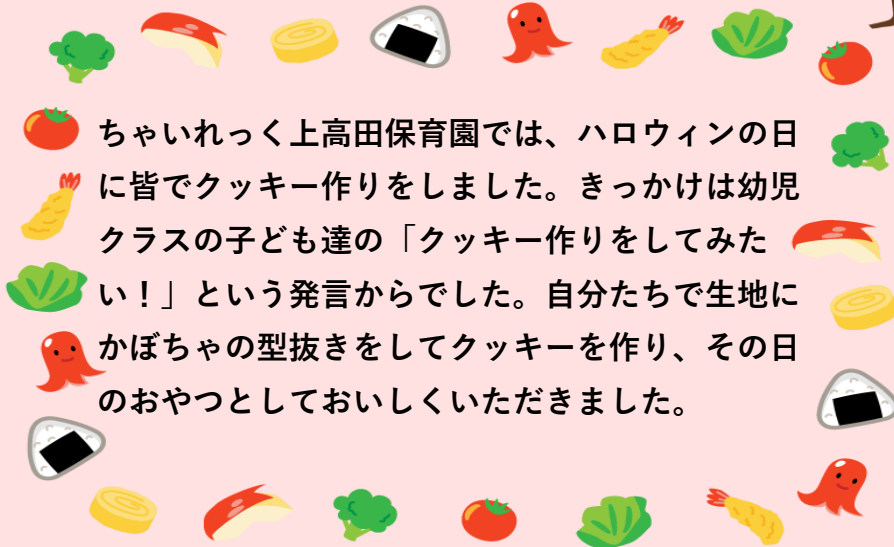


2024年度 食育活動の取り組み

『ハロウィン★型抜きクッキー作り』



ちやいれっく上高田保育園



ちやいれっく上高田保育園では、ハロウィンの日に皆でクッキー作りをしました。きっかけは幼児クラスの子ども達の「クッキー作りをしてみたい！」という発言からでした。自分たちで生地にかぼちゃの型抜きをしてクッキーを作り、その日のおやつとしておいしくいただきました。



自分たちで作ったクッキーは特別美味しいものだったのか皆完食。0歳児や1歳児のお友達も、クッキー生地がどんなものか興味津々で見入っていました。ちやいれっく上高田保育園では、子どもたちの「やってみたい！」を大切にしています。クッキー作りを経験し、改めて食の楽しさを感じた日でした。

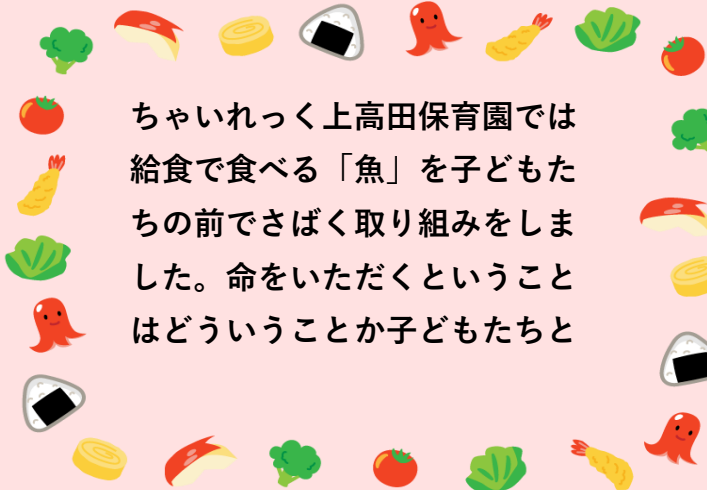


2024年度 食育活動の取り組み

『魚をさばく - 命をいただく - 』



ちやいれっく上高田保育園



ちやいれっく上高田保育園では給食で食べる「魚」を子どもたちの前でさばく取り組みをしました。命をいただくということはどういうことか子どもたちと



実際にラップの上から魚を触りました



全員で魚を触ってみたり匂いをかいだり。そして骨を見ながら魚内の構造を調べたり。実際に毎日食べている魚は数時間前まで生きていたということを聞いて、命をいただくということはどういうことかを体現した食育活動でした。



2024年度 食育活動の取り組み

『かんぶつマジック！！』

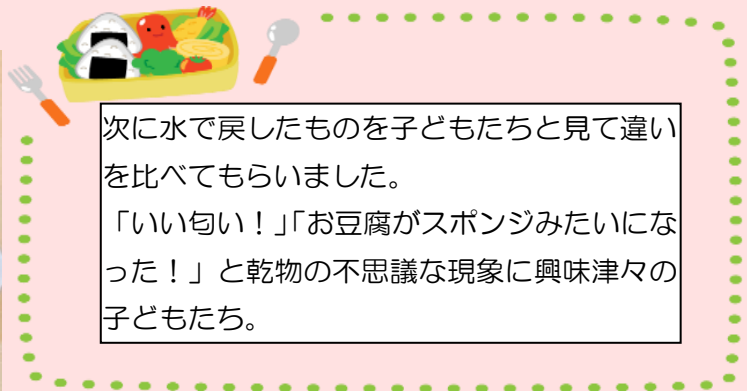


ちやいれっく上高田保育園

毎日のように給食に出る乾物。子どもたちの「白いだいこんと切り干し大根ってどう違うの?」。そんな質問から給食の先生が説明してくれた「かんぶつマジック!」。子どもたちの「なんでだろう?」から始まった食育です。



まずはそのままの状態を子どもたちと観察



次に水で戻したものを子どもたちと見て違いを比べてもらいました。「いい匂い!」「お豆腐がスポンジみたいになった!」と乾物の不思議な現象に興味津々の子どもたち。



ちやいれっく上高田保育園では食育を通じて健康的な食事の重要性を学んでいます。毎日の給食から食材への関心を深め、より食に対しての好奇心を育む工夫を行っています。

