

いただきます



こ と は



こ と

白杵の食育
幼児期編

【食べることは生きること】

「臼杵の食育」 幼児期編、作成にあたって

臼杵市長 中野五郎

「食」は生きていく上で欠かせないものです。しかしながら、私たちの「食」を取り巻く環境はめまぐるしく変化しています。手間をかけることよりも速さや手軽さが求められ、コンビニエンスストアやスーパーでは出来上がったものを宅配する時代になりました。生産者と消費者、料理を作る人と食べる人の「顔」が見えない為、食品に対する安全性への不安は増える一方です。また、家族みんなが同じ「食」を囲み、その日の出来事を話しお互いのことを思いやる機会が少なくなりました。朝食の欠食や、インスタント食品やスナック菓子に偏った食生活、それぞれが同じ食卓に居ても好きなものを食べる「個食」や、一人で食事をする「孤食」など、さまざまな問題が生じています。

このような中、平成27年度策定の「臼杵市子ども子育て支援事業計画・臼杵で子育て中」において、「臼杵の環境を意識した食育の推進」として、「幼児期には野菜の栽培や収穫体験、クッキング体験等を通じ、食べ物に対する興味や関心を育てる」を掲げました。

本市では、以前より市内の保育所（園）・幼稚園における就学前教育において、様々に工夫された豊かな「食育」の取り組みが実践されております。

今回各保育所（園）・幼稚園のご協力で、園児たちが各園で経験し、学び、生きる力の基礎を培っている食育活動を、保護者や市民の皆様へご紹介する為、「うすきの食育・幼児期編」を1冊にまとめることができました。

自分を作る「食」を大切にする人生の土台作りの実践を、子どもたちの笑顔からお感じ頂ければ幸いです。

もくじ

（あいうえお順）



■ 認可保育所（園）

臼杵市立 » 下南保育所	1 ページ
私立 » 海辺保育園	3 ページ
私立 » 市浜保育園	5 ページ
私立 » 臼杵保育園	7 ページ
私立 » 海添保育園	9 ページ
私立 » すみれ保育園	11 ページ
私立 » 中央保育所	13 ページ
私立 » 野津北保育園	15 ページ
私立 » 野津南保育園	17 ページ

■ 認定こども園

認定こども園 » アソカ幼稚園	19 ページ
--------------------	--------

■ 幼稚園

臼杵市立 » 臼杵幼稚園	21 ページ
臼杵市立 » 野津幼稚園	23 ページ
私立 » カトリック臼杵幼稚園	25 ページ

■ 認可外保育施設

» すえひろ保育園	27 ページ
-----------	--------

掲載施設の地図	28 ページ
---------	--------



下南保育所の食育

～食べることが大好きな子どもたちに！～

食育の目標

- 食べたいという気持ちを感じ好きな食材が増える。
- 食事を作ることや興味をもって手伝いを楽しむ
- お腹がすく気持ちを感じる

*あそぶことを通して

たくさん遊ぶことで
お腹がすき元気に育つこと。いろいろな遊びが
食への会話がひろがり
作る喜びへと発展する。

先生と一緒に
土作り

絵本の読み聞かせより植物栽培

月に一度のバイキング・行事食！

料理教室

きのみでつく
ったケーキ

*料理づくりの喜び

お家での料理を見て触れたりすることは子ども達に興味関心をもたせ、自分で料理を作りお手伝いをするという気持ちを大切にする。

給食センター見学

*食文化の大切さ

配膳をし個々の器を使って箸で食べる、ダシの旨味をいかし薄味で食すなど、食体験とおし日本の食文化の基本を大切にする。

「いただきます」のごあいさつ。

みんなでカレー作り

7月とうもろこしもぎを楽しむ。

*しぜんとのかかわり

身近な植物と出会い
食物の育つ環境を肌で
感じ収穫する喜びを感じながら食の楽しみを大切にする。

9月に野津の首藤農園の栗林で
時間を忘れるくらい拾っています。

食に関わる地域の人々との交流を楽しみ、
食への関心を高める。

5月に苗植え地域振興会の方に植え方を指導してもらい10月に芋ほりを体験！

11月味噌作り体験

卒園式の日に持ち帰ります。

12月お餅つき

美味しくいただきます。

2月おひなさま生け花

*食文化の経験

伝統的な経験、食品に出会い作り方に興味関心をもつ。郷土料理に触れ食事のマナーを身につける。

6月下南小学校 5年生と毎年苗植え。10月稲刈りと農業委員会の方のお世話での体験！

3月お茶会が終わり年長さんは和懐石を楽しむ。

郷土料理 黄飯



海辺保育園が考える食育

◎毎日のこだわり給食

- ・栄養しっかりは当たり前。季節を感じる給食や郷土料理をとりいれたり毎日工夫して調理しています。また、保護者への展示をし何をどのくらい食べているのかみてもらいます。
- ・当番がメニューを読みあげ自分たちが何を食べるのか意識しています。



◎野菜の栽培からクッキング 『トマトの凧々子』『キュウリ』『ベにはるか』等を栽培しました

- ・種から野菜を育てることで、生長の過程を知り科学的な目が育ちます。
- ・育つことを実感し収穫する喜びを味わうことで、偏食の克服に役立ちます。
- ・保育園だけでなく 27 年度は『安生寮』『カゴメ』と協力しながら行いました。



◎クッキング

- ・自らの手で調理する喜びと達成感を味わいます。
- ・いつも食べているものにたくさんの食材が使われていることに気づきます。
- ・年長児はすべて自分で作った弁当をもって遠足へ出かけます。



◎梅干しづくり

園庭の梅の木から収穫しみんなで楽しめます

- ・日本の伝統食に興味を持ち、継承していく大切さを知ります。



◎そうめん流し・もちつき大会

- ・日本の伝統行事を体験し、いろんな世代の参加者との交流を図ります。
- ・大勢の人と一緒に食べる楽しさを味わいます。



◎毎月のパーティ

- ・四季折々の旬な食材を食べ、味覚や視覚、臭覚で季節を感じます。
- ・特別な日にはいつもと少し違ったごちそうが。8月の国産うなぎや3月はお雛様。



◎レストラン給食

園長自らマナーについて子どもたちに伝えます

- ・食事のマナーを学び、なぜマナーを知ることが重要なのかみんなで考えます。

食べることは生きること。

海辺保育園では楽しくおいしい1年間を過ごしています。

当園での食育の一つとして毎日、朝の会の給食メニュー紹介時に、その日の食材の栄養の話をしています。徐々に食材一つ一つに興味を示すようになりました。また給食だよりや保育参観を通して、子どもだけでなく、保護者にも興味を持ってもらい、家庭と連携した食育ができるよう目指しています。

家庭では、「子どもの食べるものしか出さない」とか、「親が嫌いだから出さない」といったことを耳にすることがあります。また、食に関して興味を示さず、うわの空でほんの少しづつしか口に入れない子や、上手く噛めない・噛まない子が増えてきているように感じます。食に関しての興味を持ち、食べることの意味を考え、感謝の気持ちを忘れずに、自ら楽しく食事ができるようになることを目標に食育に取り組んでいます。

《実践例1》 朝の会での栄養トーク（ホワイトボード・食材マグネットを使用）

給食に使われている食材の中から主な栄養源について話します。

* 枝豆が大きくなったら、何になりますか？

→大豆・・・大豆からできている食べ物、いくつ言えるかな？

→みそ・豆腐・納豆・油揚げ・きなこなど

* オレンジには、どんな栄養がありますか？

→ビタミンC・・・ビタミンCは、どんなふうに体に良いでしょう。

→風邪予防・肌にいい

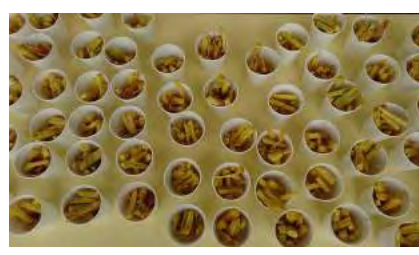
* 昆布の仲間、3つ言えるかな？

→ひじき・わかめ・・・どこに生えているかな？体のどこに良いですか？

→海。髪の毛やつめ、目にいい 等々



《実践例2》 保育参観・親子で芋の苗植えと芋ほり 収穫した芋の試食会



《実践例3》 夏野菜の苗植え

- ・きゅうり
- ・トマト
- ・ナス
- ・ピーマン
- ・オクラ
- ・ウリ
- ・スイカ
- ・かぼちゃ
- ・枝豆



《実践例4》 伝統食

親鸞聖人の御正忌について、住職からお話を聞き、おまいりをして精進料理をいただきます。伝統食である精進料理のことや食事のマナーについても学習します。



《実践例5》 クリスマスバイキング・お別れ会バイキング



《実践例6》 クッキング



おわりに

毎日の朝の栄養トークによって、食材ひとつひとつにどんな栄養があって、身体にどんな良い影響を与えてくれているのか興味を持つようになりました。給食を食べながらも、朝の栄養士・調理師の話を思い出し、「先生、これは目にいいんでな、あんまり好きじゃないけど食べんとな」「これ食べると血が多くなって強くなるんでな」と言ったりするようになりました。

野菜作りを通して、野菜の成長を楽しみにし、実った野菜を喜んで食べています。給食に、自分たちで収穫した野菜が入ると、「これみんなが作ったナスでな～そーうおいしいなあ」と、苦手だった子も進んで食べれるようになりました。

また、給食だよりを通して、毎朝の栄養トークの内容や、子どもたちの食事の様子などを保護者に伝えています。家庭との連携で、日々の食育につなげられるよう考えていきたいと思います。

うすきぼいくえん

<食べることに喜びを感じよう！>

目指す子どもの姿

- ① お腹がすくリズムのもてる子ども
- ② 食べたいもの、好きなものが増える子ども
- ③ 一緒に食べたい人がいる子ども
- ④ 食事づくり、準備にかかわる子ども
- ⑤ 食べものを話題にする子ども



*食文化との出会いを通して

旬の食材から季節感を感じたり、郷土料理に触れ、伝統的な日本の料理を体験したりしながら、食に興味や関心が持てるようになります。

*料理づくりへのかかわり

料理場面を見たり、実際に体験することで、食欲を育むとともに食に対する興味を深めます。

*遊ぶことを通して

楽しく、思いっきり遊ぶことで子どもはお腹がすきます。健康で生き生きと生活するには遊びは不可欠です！

おいしく、楽しく食べることは「生きる力」の基礎を培います。食をめぐる様々な事柄への興味・関心を引きだすことを大切にします。

*自然とのかかわり

自分たちで栽培し、育て、食することで、好き嫌いをなくし、いろんな食べ物に興味を持つ気持ちが生まれます。

アンパンマンランチ



*人とのかかわり

誰かと一緒に食べたり、食事の話題を共有することが、人とのかかわりを広げ、愛情や信頼関係が生まれます。

<様々な体験を通して～>



野菜栽培・収穫体験



オクラやナスを入れた
夏野菜カレー♪

保育園の畑に野菜の苗を植えます。自分たちで土を耕して、当番で野菜に水をやり、雑草を取り、大切に育てます。トマトやきゅうり、ピーマン、かぼちゃ、オクラ、ナス・・・色んな野菜を育てます。できた野菜はみんなで収穫して、クッキングをしたり、給食に使ってもらったりして食べます！自分たちで作った野菜はとっても美味しいです♪



芋植え・収穫体験



6月にみんなでバスに乗って、保育園が借りている畑に芋の苗を植えに行きます。10月には芋ほりに出かけ、大きく成長したお芋を見て大喜び！！園に帰って、お芋を使ってスイートポテトや大学芋・お芋クッキーを作ります☆たくさんのお芋はお家の方にもおすそ分けします。「おいしかったよ～！」「お芋のてんぷらにしたよ～♪」の声に、子ども達の顔に笑顔が広がります！



いつでもおままごとができるように揃えています(*^_^*)



「ひこざさんと
まほうのじゃがいも」

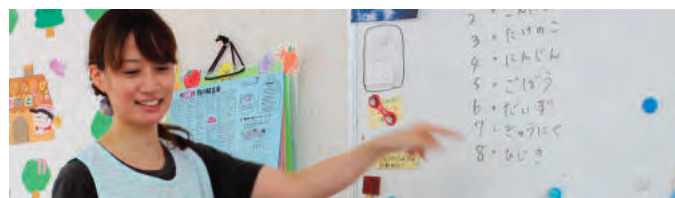


こぶき芋を作ったよ！

*ジャガイモで色々な料理を作る絵本を読んで、みんなでジャガイモの苗を植えました！（絵本からの発展）

海添保育園の
楽しく学べる
食育への取り組み

☆ 月1回の食育のお話し ☆ 栄養士の三重野さなえ先生



☆ 毎日食べる給食は無農薬のお野菜と、減農米を使っています

人生のスタート地点にいるこどもたちは、今、人生の中で一番大切な時期を生きています。この時期の成長がその子の人生を決めると言っても過言ではないと考えています。身体と心が健全な成長を遂げるためにも、「食」に関して、よりよい食材を使い、手作りで心を込めて作り、子どもたちに食してもらおう。これが、園で出来る食育の基本と考えます。

それに、プラスして、様々な収穫や制作体験をととして、食事の楽しさ、大切さを身体全身で実感して欲しいと願い取り組んでいます。ここでは、その内容を紹介させていただきます。

園長 佐藤 良純

☆ 収穫のよろこび



☆ タマネギこんなに採れました



☆ 稲刈りも体験



☆ みかん狩り、おいしかったね



☆ 大好きなイチゴ狩り

☆ お泊り保育

お泊り保育では、自分たちで作ったカレーを食べて大満足でした。美味しかったね～



☆ ジャガイモ切り、他にもタマネギ、にんじん、いっぱい切りました。



☆ お米研ぎ、うまく炊けるかな。



☆ ここのプランターには、おもしろなハーブが！



☆ 園のプランターには、おもしろなハーブができました！

☆ 園のプランター



☆ そらまめ



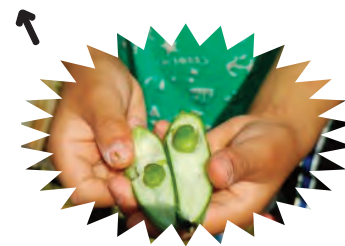
☆ 僕たちも作ってみました。



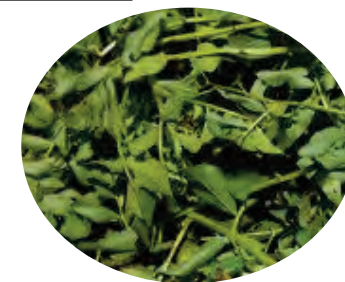
絵本『そらまめくんのベッド』の世界から飛び出して、実際にそらまめの収穫に行きました。そらまめの中を開けると、絵本の通りのベッドを発見！
みんなで、ベッドを作ってみました。



☆ そらまめくん、ゲット！



☆ 本物のそらまめさんのベッドだ！



☆ こんなにたくさん採れました

☆ いもほり



☆ 今年は沢山とれなかったけど、ちっちゃいおいもも、大切にすることができたね。



☆ おいもほりに、思わぬ、おきゃくさん。



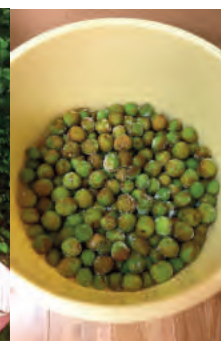
☆ これは、大物だ～！

☆ 梅干しづくり

☆ 梅干しが苦手な子もいましたが、食べれるようになりました。



収穫



塩入れ



天日干し



しその葉ちぎり



しそもみ



梅干し鑑賞・試食

テーマ 「小さな大豆から作られるもの」

小さな大豆が、色々な手を加える事で、私たちの身近な食材に生まれ変わることを知り、自然の恵みに感謝していただく！

一晩水につけると、水を吸って大きくふくらんだよ！



大鍋で水が無くなるまで、煮詰めたよ！



ミキサーで
とろとろ呉汁が
できたよ！



ミンサーで
ドロドロに
塩を入れてまぜ、
ひとまとめに！



大鍋で75℃で煮たら、
しっかり絞る。
おからと豆乳が
出来たよ！

たるの中に叩き入れ、
重しをして
熟成させること
8ヶ月！！



「みんなの味噌」の完成！



出来上がり～

11月「みんなの味噌」
でだんご汁作り～



豆乳に
魔法の水”にがり”
をいれる。



出来立てアツアツ豆腐に
薬味を入れて、
いただきます！
絞って出来た「おから」の煮
つけも「美味かった」

「手間」「愛情」というエッセンスが加わって、みんなで一緒に
いただいた『だんご汁』はサイコーに美味しかった♡

自分たちで植えて育てた野菜
美味しく頂きました～！



5才児さんが、5月に植えたナスときゅうり
調理の先生が給食に入れてくれました。

日本赤十字社
非常炊き出し体験



特別な袋に
お米と水を入れて、
空気を抜いてゴム
でくるよ。



そのままお鍋で
煮ると、
美味しい～飯の
出来上がり。



収穫

真っ赤な
プチトマト
大事に大事に
頂きます。

美味しくな～れ



3才児さんはプ
チトマトのタネ
を植えました。

秋の味、サンマを食べよう！

命をいただく事で、
食のありがたさや
食べ物を大事に思う
気持ちを育てよう！



ほくのサンマはこれ！
わたしのはこれ！

非常炊き出し体験で出
来たご飯と一緒に
「いただきます～す」

ウチワで仰くと火が
強くなるよ！



大人顔負け！
上手に食べたね



きれいに骨がとれたよ～

カボスを絞って、大根おろしは
ちょっと苦いけど、食べられた！



◎野菜の栽培（５歳児）

- ・種から野菜を育てることで、生長の過程を知り科学的な目が育つ
- ・自分たちで育て収穫する喜びと偏食の克服に役立つ



小さな種をそっと蒔いて



苗が育ったよ。植え替えをします



りっぱなきゅうりができました



そのきゅうりでクッキング



トマトもたくさんとれました



みんなでおいしくいただきま～す

◎クッキング（５歳児）

- ・自らの手で調理する喜びと達成感を味わう



みそ汁はだしが命



お米のとぎ方はこうやって・・・



初めての卵わり

◎梅干づくり（５歳児）

- ・日本の伝統食に興味を持ち、継承していく大切さを知る



梅をもいで、洗ってへたをとり、紫蘇を入れて色付けします



おいしい梅干しできあがり！！

◎そうめん流し・もちつき大会

- ・日本の伝統行事を体験し、参加者との交流を図る
- ・大勢の人と一緒に食べる楽しさを味わう



◎毎月の行事食

- ・四季折々の行事食を食べ、味覚や視覚、臭覚で季節を感じる



◎教材を使った食育

- ・紙芝居やパネルシアターなどを見て、身体・食材や栄養について知る



季節の行事食や季節ごとの味覚を味わい、食材に触れ育てることにより興味を持ち食べる意欲につなげる。

- 4月** 夏野菜を植える～（ミニトマト、オクラ、ピーマン、枝豆、きゅうり、にがうり、なす）
たけのご飯～皮むき（4歳児）
- 5月** カレー教室～ カレー作り（5歳児）三大栄養素を学ぶ～野菜の切り込み（包丁を使って）
- 6月** 芋植え（ほんまもの里にて）トウモロコシの皮むき（おやつ）、グリーンピースご飯（皮むき）
田植え（もち米）～（5歳児）12月餅つき用
- 7月** 手巻き寿司（誕生日会メニュー）（5歳児）自分で巻く。夏野菜を収穫～和え物、炒め物にする。
- 8月** おやつクッキング～“アイスボックスクッキー”（5歳児）（好きな形でクッキーを作る）
おやつクッキング～“青しそおにぎりピザ”（5歳児）具を混ぜ、おにぎりにする。
- 9月** おやつクッキング～“月見団子”（4歳児）
- 10月** おやつクッキング～“ファンシーライス”（5歳児）洋風な具材の寿司を握ります。
稲刈り（もち米）鎌で刈ります。芋の収穫（ほんまもの里）天ぷらにしたり、おやつを作ります。
- 11月** おやつクッキング～（5歳児）“芋ぎょうざ”餃子の皮に芋あんを入れて包みます。
- 12月** お餅つき～（4歳児、5歳児）祖父母を招き、杵で餅つきをして、あんこ餅を丸めて一緒に作ります。）
- 1月** 団子汁パーティー～（4歳児、5歳児）だんご伸ばし、園庭にて大釜で作ります。
育児講座～（4歳児）講師を招いて、親子でおやつ作りをします。
- 2月** 焼きいも作り～（5歳児）たき火に、水に濡らした新聞紙とアルミに包んで焼きます。
- 3月** おやつ作り～（5歳児）ホットケーキやチョコレートパフェやクレープなどをして、最後のおやつを楽しみます。
- 他に、各クラスの3歳児や2歳児もクレープ、餃子の皮のピッツア、おにぎりなどのクッキングを行っています。

野菜植え



田植え



カレー教室



アイスボックスクッキー



あおしそおにぎりピザ



芋ほり



月見団子



芋ぎょうざ



餅つき



テーマ 「心と身体を育てる食事をめざして ～美味しく楽しく感謝して食べる～」

0歳児

- 安定した人間関係の中ミルクを飲み、離乳食を食べて心地よい生活を送る。

1歳児

- 楽しい雰囲気の中で自分で食事をしようとする。

2歳児

- 保育者を仲立ちとして友だちと一緒に食べる楽しさを味わう。

3歳児

- 食生活に必要なマナーや習慣を身につける。

4歳児

- 食物の栽培や収穫の経験を通じて感謝の気持ちを持つ。

5歳児

- 食と命の関係を知りからだとかかわりを知る。



いも植えや野菜植え



春

竹の子の皮むき

サヤエンドウの皮むきをしてえんどうごはん



田植え



梅干しとしそジュースをつくったよ！



畑で採れた野菜でサンドイッチ、ピザ、人参ゼリーをつくったよ！

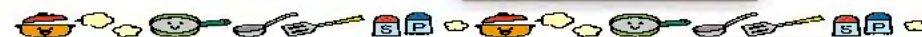


カレークッキング おいしかったね

夏



秋



スイートポテト
芋ようかん
芋餃子
焼き芋

お月見団子
つくり

いね刈り

郷土料理だんご汁つくり



さんま焼き



炭火で焼いたさんまぜんぶ食べたよ



お餅つき

冬



卒園バイキング

心と身体を育てる食事(美味しく楽しく感謝して食べる)をめざして食育に取り組んできました。

春は野菜植えや田植えを経験して竹の子、豆の皮むき、芋植え、梅をいただいたときは梅干しを作ったり、種からしそを作りしそジュースも作りました。夏はレタスやきゅうり、じゃがいもなどの収穫をして、クッキングに使って取れたて新鮮な味を味わいます。秋はお月見の伝統行事を行事食として作り、芋ほりの芋でいろいろなおやつを作って味わいました。稲刈りをして、サンマの美味しい時期には炭火で焼いて魚の嫌いな子どもも残さずに食べることが出来ました。冬は郷土料理の団子汁を作ったり、臼と杵で餅つきをして、食の伝統行事にふれてきました。朝食をぬいてくる子どもが多い対策、食事をとることの大切さなどお便り等で知らせていますがなかなか解決にはいたりません。野菜を植えて、水をあげて生長する様子を見たり収穫したりすることで、野菜に関心をもち食材の旬の味のおいしさを感じたようで、中には嫌いなものも食べられるようになった子どももいます。こうした食育の取り組みは年間通して、毎日の給食から、そして園全体での取り組みの積み重ねが食育には重要だと感じています。

テーマ 食育活動

白蓮学園 アソカ幼稚園

表題：おいしく食べるためには

目的：育てる楽しさを知るとともに食に興味を持ってもらう

本園では、子どもたちが食に興味を持てるよう、年間を通しての**行事食**や、**野菜のお世話**、**芋掘り遠足**、など様々な取り組みを行っております。

【行事食】

今年5月の「こどもの日行事」では、チキンライス、で鯉のぼり、アスパラガスでポール、花形人参で回転球をイメージしました。

楽しみながら食事ができるよう、見た目にもこだわりました。子どもたちもとても喜んでくれて、野菜が苦手な子も完食することができていました。

また、本園は今年の4月から食の改善として、献立や分量の見直しをしてきました。様々な食材を使用し、バランスの良い食事ができるよう心がけています。子どもたちの好き嫌いがなくなるよう、苦手な子が多い野菜類は小さく切るなどし、味付けを工夫し、少しでも食べられるようにしています。



【野菜のお世話】

夏にむけて5歳児がプランターで野菜を育てます。苗から植え、毎日水やりをし、成長の過程を見ながら、「早くできかな〜？」と言い苗が大きくなるにつれ、子どもたちも興味を持つ子が多くなりました。

毎日4・5本収穫できるようになるため、全員が収穫の体験もできました。



きゅうりは浅漬けやしょうゆなどで提供しました。以前苦手だった子も「好きになった」「おいしい」と言うようになり、自分たちが育てることで楽しさや、大変さを知る良い経験になっています。

【芋掘り遠足】

10月下旬に毎年芋掘りを目的とした遠足を実施します。園の畑で育てたさつまいもを自分の手で掘る体験をします。自分で掘った芋は自宅に持ち帰ります。

現在、自宅で育てる家庭が少なくなっている中で、園で体験ができるため、子どもたちもとても楽しく取り組んでいます。



【きんとん作り】

掘った芋は皮をむき、茹でて柔らかくしたら、各クラスにわけ、クラスごとにきんとん作りをします。潰した芋を布で絞り、各自つくってみんなで食べます。みんなで掘った芋を調理し食べるまで、すべて体験し、子どもたちは「大変だったけど楽しかった！家でもつくりたい」と言っていました。

すべて体験することで、育てることの大変さ、命の大切さ、を知ることができるとてもいい経験になっています。



このような活動を行うことで4月当初よりも、子どもたちが食に興味をもち、毎日の給食でも食材の名前が言えるようになりました。また、苦手なものも少しでも食べようとする意欲も見られるようになりました。

子どもの頃から、さまざまな食材を口にし、食事することの楽しさを味わえるように、これからもバランスの良い献立を考えていきたいと思っています。

「心を育てる栽培活動」 ～身近な野菜の栽培を通して子ども達の健やかな成長を育む～

白杵市立白杵幼稚園

生長の喜びを味わう

世話を続けるうちに栽培物が変化していくことに気づき、友だちと発見・感動を共有し、生長を楽しみにする。収穫した野菜を食べ、美味しいと感じる経験が活動への期待につながる。

栽培活動で育つ心

心が安定する

種をまいたり、苗を植えたり栽培物の生長を感じ、ゆっくりと落ち着いた時間を過ごす。

興味・関心が深まる

栽培活動を進めていく中で、たくさんの不思議と出会い、知的好奇心が高まっていく。共に考えたり、調べたりして学びの芽を育んでいく。

2. 実践①、「米づくり体験」 ※網掛けの部分が、園児がかかわった活動である。

月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	
活動	苗づくり	田起こし	田植え	←	肥料をまく	水の調節	雑草抜き	→	稲刈り	干して乾燥	脱穀	籾摺り	収穫祭



＜田植え＞



鎌を使って稲刈り



初めての足ふみ脱穀機



束ねてつるす。

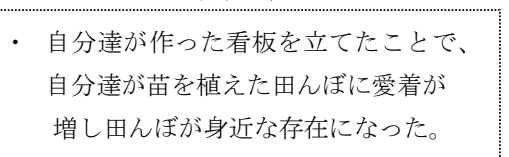


「にこにこ田んぼ」看板

・田植えは知っていても体験するのは、ほとんどの子どもが初めてのことなので、田んぼの泥の感触を喜び楽しんで植えていた。自分達が植えた苗からお米が育つことに興味・関心が高まりお米の生長をとても楽しみにしている様子が伺えた。

・本物の稲刈り鎌をつかったの稲刈りや、自動の機械に頼らず人力で脱穀するという貴重な体験ができたことは、豊かな心育てにつながる。

・田んぼのおじちゃん先生に限らず保護者、祖父母なども協力をしてくれることがとてもありがたい。感謝の気持ちが子どもたちにも育ったと思う。



・自分達が作った看板を立てたことで、自分達が苗を植えた田んぼに愛着が増し田んぼが身近な存在になった。



実践②「給食」

幼稚園の給食は、学校給食センターから配送される。センターから食材やカロリーが記載された献立表を家庭に配布。どんな働き（栄養素）があるのかなどを知ることができ食に関心を持たせる良い情報となる。給食の野菜は地域の方が生産してくれた物や給食畑で収穫体験した物が使われているので、旬の食材で季節を感じたり、生産者へ感謝して食べる気持ちを持てる。



＜給食参観＞

1学期のPTAは、給食参観を行っている。給食の様子や食事のマナー、家庭ではなかなか味わうことの少ない献立や味付けを知る機会となっている。家では食べない物も給食では食べている姿を見ることができ、園と家庭での食事により影響を与えている。



＜給食畑のじゃが芋植え付け体験～親子収穫体験＞

子ども達に給食の野菜が何処で誰が作っているのかを知るチャンスになればと「給食畑のじゃが芋植え付け体験」をする。広大な畑を見て感動する子ども達。種や苗ではなくじゃが芋（種芋）をそのまま植えることを知り子ども達も感動。2ヵ月後、親子で収穫体験を行う。保護者にとって貴重な体験になった。自分達で植えて収穫した野菜が給食で使われることで作ってくれた人に感謝する気持ちや食べ物を大事にする気持ちが高まった。



白杵幼稚園栽培体験！ 年間プロジェクト															
年 齢	月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	評価の観点	
	畑の状況 内 容・ねらい	植える 育てる → 収穫（保存する、調理する、畑の栄養を蓄える。）													ねらいの達成を見る視点
4 歳	・収穫物に関心を持ちながら、喜んで食べる。 ・栽培や収穫を通し、命を大切にする気持ちを持つ。 ・食べ物や作った人に感謝の気持ちを持つ。	*夏野菜の植え付け		*給食畑の		*親子で		*次年度に備え						・収穫を喜び気持ちを持てる。 ・命を大切にする気持ちが持てる ・健康と食べ物の関係に気づき、好き嫌いが減る。・収穫を喜び、残さないでおいしく食べる。	
		・ピーマン ・なす	ジャガイモ		→		収穫体験		春野菜の植え付け						
5 歳	・食べ物に興味関心を持つ ・親しみを感じ食べる様になる。	・ミニトマト		の植えつけ						・にんじん ・じゃがいも ・そらまめ					
		・とうもろこし													
		*田植え		→		稲刈り 脱穀									
		*いも苗植え		→		いも掘り									
活 動	・食べ物に興味関心を持つ ・親しみを感じ食べる様になる。	・畑の看板づくり		・芋版遊び		・つるでリースづくり		・わらでしめ縄づくり						・食べ物に虚偽関心が持て身近に感じるようになる。	
食 事	・食事を通して、収穫物をおいしく食べる。	・ポテトサラダ ・カレーライス ・ピーマン炒め		・とうもろこし		・焼き芋		・収穫祭		田んぼの先生を招いて、芋料理やおにぎりで感謝の会をする。				・収穫の体験を通して、食べ物に感謝する気持ちを持ち、残さず食べる。	
家 庭 地 域 他 連 携	・田んぼや畑の先生に教えてもらう。 ・幼稚園での収穫体験について家族で話す。	・苗植え ・苗の正しい植え方を教えてもらう。 ・稲刈り ・稲刈り鎌を使つての刈り方を教えてもらう。 ・脱穀…足ふみ脱穀機の使い方を教えてもらう。 ・とうもろこし・豚糞をいれるとよいと指導をしてもらう		苗植え器を借りる（芋植え）								・地域の方と連携をとりながら触れ合う機会が多く持てるようにする。			
		幼稚園での収穫体験について		・週のお便り・・・子ども達の様子を知らせる（植え付け、成長具合、収穫、収穫後） ・親子で一緒に植え付け、収穫、脱穀体験を行う。										・家庭で収穫体験の会話が増え。感謝の気持ちを持って収穫物を一緒に食べる。	

《まとめ》

- 子ども達は、食卓に欠かせない米づくり体験を通して、稲の生長の変化に気づき、お米への興味・関心や食べることへの意欲を高め、食べ物に感謝する気持ちを持つ。
- 自分で育てた野菜を収穫し、調理する体験は子ども達の心を動かし食べる喜びや楽しさにつながり意欲的に活動できるようになる。

1、はじめに

気になる園児の姿 - 野菜などの偏食が多く進んで食べようとしない子 - 咀嚼力が弱く食事に時間がかかりすぎる子 - 食事の量の個人差が大きい - 最後まで姿勢を保てない	原因として考えられること - これまでの食環境・体型の違い - 給食で初めて出会う食材への戸惑い
保護者の願い いろいろやってみるが上手くいかない、何とかいろいろな物が食べられるようになってほしい	園の願い このころ 豊かな身体 元気な気持ち 感謝の気持ち 芽生え 学びの

2. 具体的な活動の取り組み

（１）事例１ 「野菜の栽培・収穫体験」

①栽培体験で育てたいこと

- 友だちと世話をしながら、野菜の生長の変化に気づき、いろいろな不思議と出会う。
- 野菜の花や葉の形、色、におい、手触りなど、なるべく多くの感覚を使って体験する。
- 発見や感動を体験し、一緒に図鑑で調べたり、考えたり、知的好奇心を高める。
- 生長を喜び合い、友だちと一緒に収穫し、みんなで調理をして味わい、命を知る



かんぱんもつくれたよ。



こんなにおおきくなった



やったー！とれたよ



うまく切れるかな



おいしくなあれ



おいもはどこにあるの？
おおきくなったかな



一緒に遊んで食べて楽しかった
一年生になってもよろしくね



いろいろな見方があることを知った

②5年生との交流

- 入園してこれまで、いつもお世話をしてくれる5年生とそれぞれの畑で収穫をしたサツマイモで焼きいもやいろいろな遊びをして交流会を楽しんだ。

③「ほんまもの里」の収穫体験（6月にジャガイモ・1月に人参）

- 掘った野菜（有機無農薬栽培）は、後日給食の食材としていただくことで、食べる意欲と感謝の気持ちを持てた。

④読み聞かせ体験

- 毎月読み聞かせに来てくれている神野さんが、自宅の畑で育てたソラマメやグリーンピースを持って「そらまめくんのベット」の絵本の読み聞かせに来てくれた。空に向かって育つ「ソラマメ」の育ち方の話をしてくれ、みんなが興味を持って聞くことができた。
- 実際に触って、さやの中のふわふわのベットやソラマメの大きさやにおいや手触りなどグリーンピースとの違いを確かめ、興味関心を深めた。初めての子も食べることができた。

◎考察

- 体験活動（植える・育てる・収穫する・いただく）を通したたくさんの発見や感動経験が野菜への興味・収穫の喜び・感謝の気持ちが育ち、楽しく食べ、意欲的に活動することにつながっている。

- 園からの通信や連絡ノートで家庭に知らせると驚きの声や家でも「食べるようになった」「お家でも料理してみます」などの声が寄せられた。

- 自分達で進んで収穫するようになった。収穫した野菜をお家に持ち帰り家庭での食材にすることで幼稚園での経験を家庭で認めてもらい、食べることの自信に繋がっている。

- 体験した時は食べられたが、すぐに次もというわけではない。さまざまな経験が食への意欲につながる。



おいもとつるとどっちがながいかな

（2）事例２ 「給食活動の取り組み」

- ・友だちと一緒に食べることを楽しみ、感謝の気持ちを持つ。
- ・食べ物と体の関係に関心を持つ。
- ・当番活動を通して望ましい食習慣を身につける。



全部食べられるよ



当番の仕事は楽しいよ

① 給食センターとの連携

- ・小学校と同じ給食センターによる完全給食を行っている。
- ・給食センター便り（献立・センターだより）の配布。家庭で献立が話題になり楽しみに登園する。また、その日のメニューについて（行事食、食材の働き、野菜生産者等）センター便りが届き、食べながら話題にすることで興味が増す。

②給食参観

- ・5月のPTAで保護者の給食参観を実施し、講演会と親子で給食試食会をする。
- ・幼稚園の給食の取り組みを事前にプリントでお知らせし、園児の準備の様子・給食当番活動・食事の様子等、視点を持って参観してもらう。
- ・給食センター栄養士に給食センターの取り組み、食事・朝食の大切さ、砂糖とお菓子の取りすぎ等について講演をしてもらう。良い刺激になっている。



「お家よりたくさん食べているね。びっくり！」「おいしいね。お家でも作ってみよう。」「嫌いな野菜も幼稚園では食べるね」など感想をいただいた。

◎考察

- 日々の積み重ねの中で「ひとくちから挑戦～完食」を目指して、個々の育ちに則した無理のない援助と達成できた喜びを共有していくことで給食を楽しむことができるようになった。

- 友だちからの刺激や応援が、苦手なものでも食べようとがんばる姿や自信につながっている。

- 積極的に当番の仕事に参加し、自分達で仕事を進める姿が見られるようになった。

- 家庭との連絡を取り合い、成長の喜びを共有することで、子どもが進んで食べようとする意識を高め、継続した取り組みができた。

- 食べ物の栄養と体への働きを知ることで食への興味が広がり、意識して食べるようになってきた。

《 食育年間指導計画（一部抜粋） 》

食育目標	○食に関心を持ち、楽しんで食べる。○健康な体を作る。○正しい食習慣を身につける。○感謝の気持ちを持つ			
内容	・苗に興味を持つ。 ・絵本や図鑑などで興味を持てるようにする。 ・生長の変化を楽しみながら、命を大切に作る心を持つ。 ・自分たちで育てた野菜を食べる。 ・気持ちよく食事をするマナーを身につける。 ・三大栄養素と体のかかわりに関心を持つ。 ・作ってくれる人に感謝の気持ちを持つよ。 ・当番活動を楽しみ自分達で場を整える。 ・完食の喜びを味わうことができる。			
期・月	1期（4・5月）	2期（6・7・月）	3期（9・10・11・12月）	4期（1・2・3月）
体験活動	夏野菜の植え付け・看板作り ミニトマト・ピーマン ・キュウリ・なす・えだまめ スイカ・トウモロコシ	芋の苗植え 野菜の収穫 調理 ・ジャガイモ堀り	・芋掘り ・おいも料理 ・5年生とやきいも	・お餅つき ・にんじん収穫
食育指導 給食指導	~~~~~			
地域との かかわり	田んぼで草花遊び → 泥んこ遊び → 田植え見学 「そらまめくん」の読み聞かせ 給食畑ジャガイモ掘り	稲の生長を見る 稲刈り見学	田んぼのコメで餅つき にんじん収穫 麦踏み	
家庭との 連携	・給食の様子や園での取り組みを園通信で知らせる。 ・給食センターからの通信を家庭に配布する。 ・親子給食試食会と講演会を行う。 ・PTA懇談で様子を知らせる。 ・PTAで様子の变化を知らせる ・芋ツルでリース作り ・家族参観日で餅つき			

3. まとめ（今後の課題として）

- 今後も家庭や給食センターや地域と連携をしながら、正しいマナーを身につけ、楽しく食事ができる喜びと感謝の気持ちを持てるようにしていきたい。また、食べることを楽しみ、健康で生き生きと意欲的に活動するために、日々の積み重ねを大切に、一人ひとりの育ちを確かなものにできるよう努力していきたい。

テーマ：自然の恵み、いのちの大切さを伝える。

カトリック臼杵幼稚園

- 1、「私たちの園の食育保育」
- 2、各年齢に応じた『食育保育』に楽しく取り組み、食べ物をおいしく、感謝していただく心を育む。
また、「自然」や「人」との関わり、料理作りや食文化との出会いを通して、『食』をめぐる様々な事柄への興味・関心を引き出す。

年長 田植え体験

おいしいお米に育ってね…♪

稲刈り

鎌を使って収穫!!

自分たちの手で
もみ殻をはずして「玄米」に!!

わーい!
ごはんが
炊けた♪

おにぎり作り

お米を研いで、おにぎり作りをしたよ!

「いただきま〜す☆」

満3歳児 つぼみ組

お当番活動

給食の先生に大きな声でごあいさつ!!

よいしょ
よいしょ

お米のとぎ汁で雑巾がけ

天然のワックス効果でツヤツヤ・すべすべになったよ!!

年中 芋の苗植え

たくさんお芋が出来ますように…

芋掘り

大きなお芋 発見!

クッキング

自分たちで
育てたお芋で
クッキング☆

おいしいお芋に
なあれ!

焼き芋大会

おいしいよ〜♪

年少 お当番活動♪

お当番さん☆自己紹介☆

♪クッキング♪

ホットケーキを作りました☆

はい♪
どうぞ♡

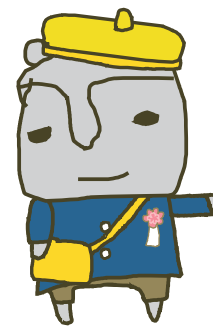
自分たちで
運びます!

完成!
いただきまーす♡

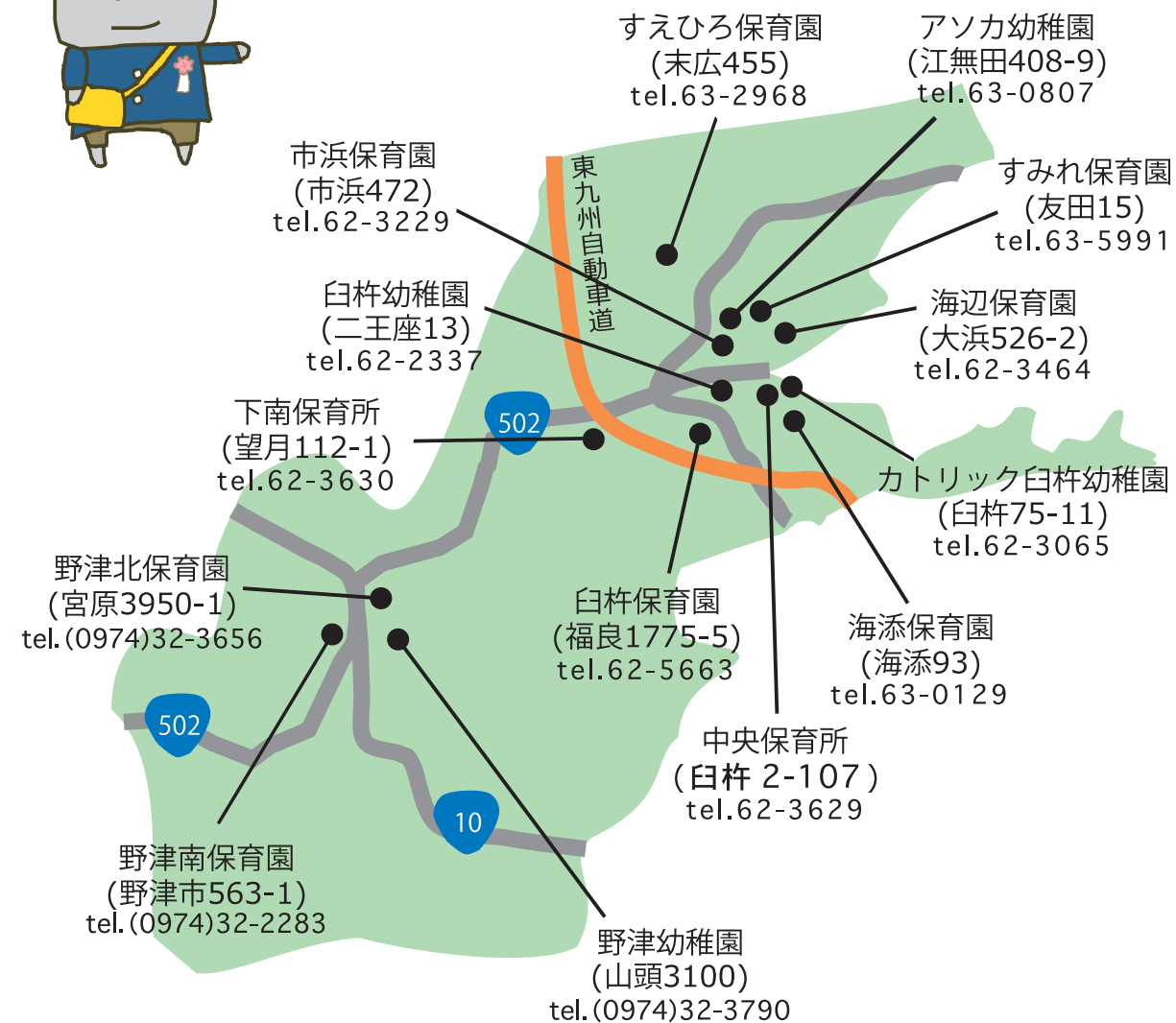
お箸も上手に
なりました☆



63-2968 すえひろ保育園

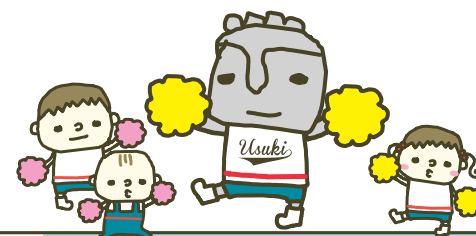


❀ 市内の保育園・幼稚園・認定こども園 ❀



子ども・子育て総合支援センター

「ちあぽと」



<利用時間>

★平日 8:30～18:00

★第2・第4土曜日 9:30～17:00

<休所日>

★土曜日(第2・第4土曜日を除く)

★日曜日・祝祭日・年末年始

