

さざなみ☆食育通信

ホームページ <http://nisifuku3373.sakura.ne.jp/>
TEL 0966-22-7177 E-mail sazanami@poem.ocn.ne.jp

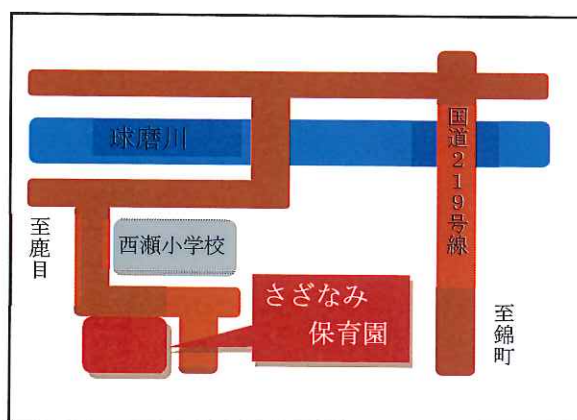
平成 28 年 10 月
社会福祉法人西瀬福社会
幼保連携型認定こども園
さざなみ保育園

さざなみ保育園では四季折々の食材を使って、子ども達の育ちと食への関心を高め日々食育活動を行っています。今回はどのような活動を行っているのかご紹介します。

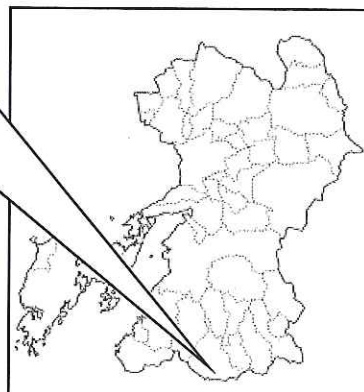
**さざなみ保育園は熊本県人吉市にある
幼保連携型認定こども園です。**

☆所在地

人吉市下戸越町1632-1



がんばるけん！熊本県



初秋のたんぼ風景



人吉球磨には清流球磨川が流れています。

さざなみ保育園の食育

さざなみ保育園では年間を通して計画的に食育活動を進めています。農作物の状態や人々の関わりについて、4つのねらいに即した活動を保育の中に取り入れています。

図1 さざなみ保育園における食育活動を通しての学び（ねらい①、②関係）

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
トマト・枝豆	①											
なす・ピーマン	土づくり	水遣り	肥料やり	収穫								
	植付け	支柱立て										
サツマイモ	①											
	土づくり	苗付け	観察				収穫					
米	①											
	田んぼで泥あそび		稲の成長観察				収穫	②精米体験				
			田植え観察					②炊飯体験				
いちご・なし												
		収穫体験										
		②ジャムづくり		②ソースづくり								
トウモロコシ・ ごま・えんどう豆												
			①皮むき体験									

さざなみ保育園の食育のねらい

- ①自然物から食材への変化を知る
- ②自然物としての食材と関わる
- ③料理となった物を美味しく食べる
- ④しくみと関わりを学ぶ



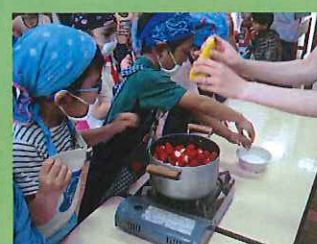
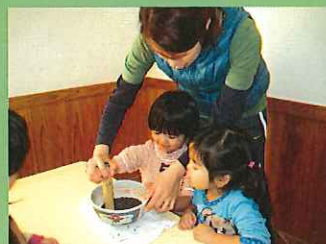
地域の農家の方子育て家庭との交流

指導員の方や、地域の方と一緒に野菜の栽培や収穫を通してふれあい会を行っています。また収穫では、地域の子育て家庭にも呼びかけ一緒に行っています。また、無農薬農家が収穫された野菜を、保護者等に販売する場を提供しています。無農薬野菜はすぐに売れきれ。いつも大好評です！

色んなことに挑戦しよう！

毎月食育の日は、いろんな活動を行っています。実際に体験することで、子どもたちは食べ物が変化する様子など、楽しくしっかり学んでくれます。

「お米がご飯になるまで」「イチゴの収穫からジャム作り、サンドイッチのおやつ作り」「えんどう豆むきから豆ごはんのおにぎり作り」などなど。体験や、実験を行う時の子どもたちの目は、いつも以上にいきいきしています。



絵本を使ったお誕生日会の「物語メニュー」

さざなみ保育園のお誕生日会は、絵本をテーマにした献立です。クラスで絵本を読んでもらった子どもたちは「これ出てくるかな？」
「どんなご飯かな？」と楽しみにランチルームに来てくれます。



くまのクリスマス



ももたろう



ジャックと豆の木



うずらちゃんのかくれんぼ



はなさか爺さん

毎月19日は食育の日

地域の自然物から食材の変化を観察します。

	菜園作り えんどう豆皮むき	10月	お米が出来るまで。炊飯クッキング
5月	そら豆むき レタスちぎり 苺ジャムクッキング	11月	箸の持ち方とマナー。さつま芋クッキング
6月	食材あてゲーム	12月	すり鉢を使ってみよう。胡麻の観察
7月	枝豆ちぎり トウモロコシ皮むき	1月	日本料理 野菜に触れてみよう。
8月	乾物の実験、観察 親子カレー作り	2月	食べ物と体のいい関係
9月	球磨人吉の秋を感じよう。お彼岸について 球磨の郷土料理について	3月	お雛様クッキング まとめ



毎日の保育の中にも食育を！

「箱の中身は何かな？」食べ物の名前を当てて、3色色分けをゲームで行います。段階的に箸を使う練習をしたり、栄養の歌をみんなで歌ったりします。給食の時間は、給食当番がよそったり、放送当番が献立をお知らせしたりと、日々の保育の中にも食育が盛りたくさんです。



地元のヒーローと一緒に保護者むけ糖尿病予防教室

人吉球磨のヒーロー「ジュグリッター」と一緒に親子講座を行いました。食生活の大切さを絵本の読み聞かせや講師のお話し、クイズなどで学びました。最後は写真撮影もあり親子で楽しく糖尿病について勉強しました。

地域の子育て家庭との交流

地域の子育て中のみなさんの保育体験をおこなっています。

園児と一緒に野菜の観察や調理体験、保護者の調理実習などおこなっています。また年7回行っている給食体験では栄養士の話や離乳食の相談なども行っています。



子ども達は食育活動を通して食物に興味を持ち関わり食べる事意欲が持てるようになってきました。残菜も減ってきています。保護者の皆さんにも日々の生活の中での食の大切さを理解していただき、家庭での食育推進にご協力いただいています。

ご協力いただいている地域の農家や住民の方々には大変感謝しております。認定こども園さざなみ保育園は今後も地産地消はじめ地域の皆さんとともに食育活動を進めていきます。