

食育月間の取り組み

所属団体名	東大阪市私立幼稚園協会	
施設等名	認定こども園 恵徳幼稚園	
取組の名称	夏野菜の苗植えから収穫まで(年長児)	
実施時期	5月初旬～7月中旬	
取組みの目的	<ul style="list-style-type: none"> ■ 共食の推進 □ 朝食の摂取 □ 栄養バランスの良い食事の摂取 ■ 野菜の摂取 □ 生活習慣病やフレイル予防・改善のための良い生活習慣の実践 	<ul style="list-style-type: none"> ■ よくかんで味わって食べる ■ 栄養成分表示への理解促進 □ 食品の安全性に関する知識の普及 ■ 農産物の栽培体験の機会提供 □ 食品ロスの削減 □ 伝統料理や郷土料理の伝承
取組内容	<p>/子ども達と、夏に収穫できる野菜は何があるかを調べる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ・何を栽培して収穫したいかを決める。 ・夏野菜の苗を植える。 ・当番で水やりをしたり、生長を観察したりしながら、収穫を楽しみにする。 ・収穫した野菜を食べる。 ・収穫したものを給食室へ持っていき、メニューの食材として使って、みんなでいただく。 	
		
		

食育月間の取り組み

所属団体名	東大阪市私立幼稚園協会	
施設等名	学校法人みどり学園 認定こども園みどり幼稚園	
取組の名称	一物全体食と生野菜の摂取	
実施時期	毎日	
取組みの目的	<input type="checkbox"/> 共食の推進 <input checked="" type="checkbox"/> 朝食の摂取 <input checked="" type="checkbox"/> 栄養バランスの良い食事の摂取 <input checked="" type="checkbox"/> 野菜の摂取 <input type="checkbox"/> 生活習慣病やフレイル予防・改善のための良い生活習慣の実践	<input checked="" type="checkbox"/> よくかんで味わって食べる <input type="checkbox"/> 栄養成分表示への理解促進 <input type="checkbox"/> 食品の安全性に関する知識の普及 <input checked="" type="checkbox"/> 農産物の栽培体験の機会提供 <input type="checkbox"/> 食品ロスの削減 <input type="checkbox"/> 伝統料理や郷土料理の伝承
取組内容	<p>本園では、健康な体や自信、気力や集中力を培うためには食の在り方が大切と考え、毎日の給食においては玄米ご飯や小魚を食べ、その栄養素を余すところなく頂く、一物全体食に取り組んでいます。</p> <p>小魚の頭から尻尾までの命を頂くことで子どもたちの元気な体ができていること、そして、玄米と白米の発芽体験を行い、白米からは芽は出てこないが、玄米からは芽が出てくるところを実際に見て、玄米は食べる直前まで生きているんだということを実感し、貴重な命を頂いていることの有難さを伝えていきます。</p> <p>また、柔らかい食べ物だけでなく、玄米ご飯や小魚などの固い食べ物を食べることで、よく噛んで味わって食べる習慣を身に付けています。</p> <p>他にも毎日生野菜としてキャベツを提供し、野菜を生のまま摂取することで加熱調理することにより壊されてしまう栄養成分も摂取できているということも伝えていきます。</p> <p>また、毎年、年長児はとうもろこし、年中児は枝豆などの夏野菜を毎日の成長を楽しみに育てています。収穫後は子どもたち自身で調理室へ野菜を持っていき、調理をお願いし、給食の時間に育てた野菜を食べています。自分たちで野菜を育てる体験をすることで、野菜がどのようにしてできるのかを知り、野菜を作る大変さ、野菜ができた時の嬉しさを経験し、いつも食べているお野菜は農家の方が一生懸命作ってくれているんだということを学び、食べ物を大切にしよう、苦手な野菜でも食べてみようと思う気持ちを育てています。</p> <p>「これには何が入っているの?」や「これはどうやって作ってくれたん?」などの子どもたちの質問や日常的な会話を大切に、「こんな野菜やお肉が入っているよ」や「大きな釜でいためたよ!」と伝えることで給食への興味や関心をもつこと、そして、「おいしい!」の言葉に、「よかった!これは〇〇先生が美味しくなるように一生懸命作ってくれたよ!」と伝えることで美味しく調理してくれた調理員さんへの感謝の気持ちを育てています。</p> <p>また、苦手なものが給食に出たときには、ほんの少しでも食べてみようと思える姿勢や食べる姿を見逃さず、良かったところを具体的に褒め、自信や喜びにつながるような経験を食を通してたくさん経験してもらえるように心がけています。</p>	