

食育月間の取り組み

取組団体・施設名	東大阪市私立保育会 社会福祉法人 あたは^会 しいな^{こども園}	
取組の名称	◎ ルッキング・クッキング ◎ おにぎりクッキング ◎ 梅ジュース ◎ 夏の野菜栽培 ◎ 流しそうめん	
実施時期	令和8年 4月～7月	
取組みの目的	☐ 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	☐ 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	◎ ルッキング・クッキング 子どもたちが取り組むには難しい内容でも大人が目の前で作り、その工程を見て楽しむことで食への意欲につながる。 (ホットケーキルッキング 3歳 / 牛乳カルピスシャーベット作り 幼児 / 野菜の皮むき 副菜味つけ 1～5歳 / ピラー皮むき 5歳 / シチューカレークッキング 5歳) ほか ◎ おにぎりクッキング 1～5歳 自分たちがおにぎりをにぎること、食への意欲アップ。 菜めい・ゆかり・鮭など味つけもあり、ちゅとびに特別感もあって喜んでいる。 ラップを使ってにぎること、乳児でも楽しみ、衛生的に取り組める。 ◎ 梅ジュース作り 4・5歳児 6/9～7/10の1か月間つくり。 見たり触れたり、においかいで旬の食材に触れる。 梅のにおいは「ももみたい!」と言ったり、「へたちゃん!」など興味津々。 変化していく様子を見て「さとうをけきた!」「うめしわわわってきた」と楽しんでた。 ◎ 夏の野菜栽培 3・4・5歳児。 野菜が苦手な子ども自分たちで育てる野菜なら「食べてみよう」と思えるかな...。 3歳: オクラ・きゅうり / 4歳: トマト・きゅうり・ピーマン / 5歳: オクラ・トマト・きゅうり・スイカ 収穫できた野菜は調理してもらい食べる。苦手な子ども自分たちで育てたので「めっちゃおいしい!」と完食。家庭でも「食べれるようになった」と喜ばれていた。 ◎ 流しそうめん 4・5歳児。ホールにて竹筒での流しそうめん。 夏ならではの特別な体験もでき、楽しみ。お箸をしっかりと使って流れてくるそうめんをとっていた。「めっちゃおいしい!」と笑顔いっぱいだった。	

食育月間の取り組み

所属団体名	東大阪市私立保育会	
施設等名	若宮森の子こども園	
取組の名称	① プチトマト・なす・かぼちゃ・とうもろこし・きゅうり・すいか・さつまいもの苗植え(園庭) ② 枝豆の植付け体験と収穫(畑)	
実施時期	5月～6月	
取組みの目的	☐ 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	☐ 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	① 目的：夏野菜に興味を持ち、苗植えから水やり、収穫までを体験し、食べた時の喜びをあげよう。 対象：3・4・5歳児 取り組み：3・4・5歳児がクラスで担任と話し合い、どの野菜を育てるかを決め、買い物に行く。水やり当番を決め、カボチャやすいかは、雄花と雌花を受粉させて実を作っていくことを体験する。ミミズを見つけて土の中に入れたり、脇芽を植えたり、雑草を抜いたりする中で、大きくなっていく野菜を見て喜びと楽しみを感じている。きゅうりやプチトマトを収穫して食べたり、なすはクッキングでみそ汁に入れ、他学年とも分け合い収穫の喜びを共有している。 ② 目的：地域との交流活動で枝豆の苗植えと収穫を楽しむ。 対象：5歳児 場所：畑 取り組み：交流活動として枝豆の苗植えから収穫までを体験させてもらっている。大きな枝豆の株を抜いたり、豆を1つずつ手でむいたりして、枝豆がどのようにできるのかを知り、収穫したものを美味しく食べていた。	