

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ごることで食への意欲アップ。 菜めい・ゆかり・鮭など味つけもあり、ちゅとびん特別感もあって喜んでいる。 ラップを使ってにごることで乳児でも楽しみ、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「さとうつけてきた!」「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。	