

【様式3】

③食育の日の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	石川県
取組市町村名 取組団体・企業名	小松市 松陽こども園
取組の名称	ジュースの中に砂糖はどれ位あるのかな？（3歳以上児 78名）
実施時期	7月19日（金）
取組内容	<p>始めに、「みんないつものどが渴いたら、どんな飲み物を飲んでいるのかな？」と聞くと、「お茶」「お水」「牛乳」「カルピス」「ジュース」と様々な飲み物が出てきました。「その中からおいしい飲み物はあるかな？」とさらに聞いてみると、「ジュース」「カルピス」としっかり答えました。</p> <p>そこで、栄養士から「ジュースがおいしいのは砂糖が入っているからだよ」と説明をして、実際にいくつかのジュースでそれぞれの容器の中に同等量のスティック砂糖を入れたものを見せました。子ども達は手に取ると、「18本もある」「たくさんあるからびっくりした」「重たいね」と驚いた様子でした。</p> <p>さらに、砂糖を取り過ぎるとどうなるのか、子ども達は一生懸命考えてみました。年少組・年中組には少し難しいようでしたが、年長組は「骨がとける」「むし歯になる」と自信を持って答えました。その他に、イライラしたり、病気になる原因をつくってしまうことや、もっとのどが渴いたり、料理やお菓子にもたくさん砂糖が入っていることを伝えると、子ども達は今日からジュースの飲みすぎに気をつけてみようと思欲的でした。</p> <p>この活動を通して、水分の取り方について考えることができ、継続して実行できるように指導していきたいです。</p>
	   

【様式3】

③食育の日の取組

提出都道府県名	石川県	
政令指定都市名		
取組市町村名	中能登町	
取組団体・企業名	町立つくし保育園	
実施時期	取組の名称	取組内容
11月19日 (火)	0歳児 手遊び歌「くいしんぼうゴリラ」うさぎバージョン	色画用紙とフェルトでうさぎとバナナを作り、「うさぎさん、おやつ食べる？」と子どもたちとうさぎに声をかけると興味をもって見つめる姿が見られた。バナナを取り出し、手遊び歌をうたいながら、うさぎの口にバナナを入れ、口を動かして飲み込む様子を見せた。口にバナナがないことを不思議そうに見ている子や手を叩いて喜ぶ子、笑顔の子など様々な姿が見られた。
11月19日 (火)	2歳児 さつまいも茶巾絞り作り	クッキングをし、自分たちで作ったものを味わうことを通して、食べ物への興味や関心を高めたいと思い、さつまいもで茶巾絞りを作った。近くで見せると「かたいね」など言いながら触ったりした。保育士が皮をむくと「色変わったね」「赤から白になった」とその変化に気付いて驚いていた。透明の鍋に入れてゆでると沸騰する様子を見て「ポコポコしてきたね」など、興味をもって友達や保育士と話していた。茹であがったさつまいもを、一人ずつマッシャーを使ってつぶすと、「ぎゅ～」など言いながら力をこめて一生懸命つぶしていた。保育士が味付けしたさつまいもを、自分でラップで丸めて食べると「おいしい」「おかわり！」など言いながら喜んで食べた。
11月19日 (火)	3歳児 紙芝居「にんじんにんじゃにんにんにまる」の読み聞かせを聞く	発表会の踊りと同じ『にんじんにんじゃ』という紙芝居のタイトルに、「にんじんにんじゃや」「どんな話やろ～」と興味を示す子どもの姿が多く見られた。野菜を食べることで体を丈夫にしたり、病気にならないよう予防してくれたりする話の内容を聞いて、「給食でもあるよ」「たくさん食べるといいね」と食材と体の関係について楽しみながら学ぶことができた。引き続き、給食を食べる前にメニューに入っている食材を知らせたり、食材の働きについて知らせ、食べ物により興味を持てるようにしていきたい。
10月19日 (土)	4歳児 食育パネルシアターを見る	保育参観で赤・黄・緑・白の栄養素に分けるパネルシアターをした。以前にもしたことがある為「あ、それ覚えとる～」「やりたい」と意気込んでいた。「納豆は何色の仲間かな？」と聞くと「赤やったかな～」と悩みながら答えていたが、正解だと分かると喜んで「じゃあ、豆腐は何色かな？」と聞くと、考えている子もいたが「豆腐は、お豆の仲間やから赤やよ」と答える子もいた。子どもたちがよく食べている物から順番に一緒に考えていき、楽しみながら参加できていた。
11月19日 (火)	5歳児 収穫したさつまいもで大学芋を作る	自分たちが収穫したさつまいもを使ったクッキングだったので「早く食べたいね」「楽しみ」と、とても興味をもっている様子だった。さつまいもを実際に触ると、「重たい！」「顔より大きいよ！」と自分の顔と比べ友達と話す様子が見られた。さつまいもは少し固く切りにくそうだったので、保育士と一緒に切ってみると、「出来るよ！」と自分で切ろうとする意欲が見られた。切ったさつまいものおいをかぎ「土の匂いする！」「畑の匂いする！」などのつぶやきが聞こえた。味付けをすると、「さっきと匂い違う！」「甘い匂いや！」と匂いの変化にも気付き驚く姿が見られた。食べると、「甘い！」「おかわりある？」と満足そうだった。

③食育の日の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	石川県
取組市町村名 取組団体・企業名	津幡町立井上保育園
取組の名称	食育の日
実施時期	令和元年6月19日（水） 午後の間食
取組内容	<p>◇対象 1歳児</p> <p>◇ねらい おにぎりの形を楽しみながら、喜んで食べようとする。</p> <p>◇内容 おにぎりの日に、子ども達が喜んで食べられるように型抜き（車の型）をしました。今までは、ご飯を握っておにぎりを作っていた事もありましたが、この日初めて子ども達の目の前で型抜きをして見せた日でした。</p> <p>子ども達は“何が始まるんだろう”“何ができるんだろう”とワクワクしながら見ていました。車の形のおにぎりが出来上がると不思議そうに見ている子や、「わあー」と言って喜んでいる子もいました。型抜きをしたおにぎりを指で触れたり、嬉しそうに眺めたりしながら食べていました。</p> <p>いつもと違うおにぎりは、子ども達にとっては特別感があり、楽しい雰囲気の中でおにぎりを味わうことができたのではないかと思います。</p>
	 