

「実体験を大切に」～楽しみながら食を営む力の基礎を培う～

宮城厚生福祉会 ちちいちょう 乳銀杏保育園（宮城県）

「乳銀杏保育園」は、宮城県仙台市にある保育所で、こどもの年齢や季節に合わせた遊びや活動を通して、様々な力を伸ばしていくことを大切にしています。園では、こどもたちが楽しく食べる体験を積み重ねていけるよう、季節の行事に合わせ、旬の食材を用いるなどの工夫をして、こどもの食べる意欲につなげる食育に取り組んでいます。

1月には、もち米からお餅が作られる様子を体験できるよう、餅つき大会を計画しました。こどもたちは、それまでの活動の中で、お餅への興味を示し、餅つきの絵本を読んだり、おやつにの時間に蒸かしたもち米と炊いたうるち米の食べ比べをして、両者の色の違いに気づき、食感の違いを感じたりしていました。こうしたことを踏まえて餅つき大会を行い、「重い!」「もちもちだね～」と盛り上がりました。

また、餅つき大会でついたお餅を使用し、1年間の^{ごこくほうじょう}五穀豊穡を願う縁起の良い飾りものである「もち花」づくりをすることとしました。もち花は、木の枝に紅白のお餅などを小さく丸めて付けて作られます。もち花づくりでは、「もち米の匂いがするね。」「やっぱりよく伸びる!」と言いながら、ついた餅を手でちぎり、上手に丸めて作り上げました。

さらに、餅つき大会でついたお餅は全てもち花づくりに使用してしまいましたが、こどもたちから絵本にでてきたお餅を「つくってみたい。」とリクエストがあり、みんなで^{ごへいもち}五平餅を作りました。とても美味しくて、楽しい時間となり、家庭でも家族と一緒に作ったという報告もありました。

地域の伝統や食文化を実際に体験することにより、こどもたちは食材への興味・関心を高め、生産者への感謝の気持ちを持つ様子が見受けられました。また、自分で作りたいという気持ちも芽生え、「食を営む力」の基礎を培う経験になったと感じています。



もち花



ついた餅でもち花づくりに挑戦