

## 「食」から始まり、つながる気付きと学びの輪

社会福祉法人<sup>こうほく</sup>幌北学園 <sup>しもおちあい</sup>下落合そらいる保育園（東京都）

下落合そらいる保育園は東京都新宿区にあり、食を身近に感じられる保育の環境づくりに力を入れ、こどもたちが自分で考え、行動する力を育む食育に取り組んでいます。

食への関心を深める保育の環境作りとして、ガラス張りの調理室を設置し、調理室の前におままごとのコーナーを作りました。こどもたちは、調理室から漂う料理の匂いを感じて、調理室内にある食材や調理の様子を見に行きます。そこから食材や調理への興味がわいて、おままごとコーナーで友達との料理のごっこ遊びを展開していきます。



おままごとコーナーでのごっこ遊び



ジャガイモ掘りの様子

また、植物や畑の肥えた土を見たり触れたりする機会として、畑でのジャガイモの収穫体験を行っています。これまで園では体験する機会がなかったことから、こどもたちはジャガイモへの興味を持ち、収穫したジャガイモを使って郷土料理を作りました。

さらに、いのちを考える視点からの食育活動として、釣り遊びや市場の競りごっこを通して、魚が食卓に並ぶまでの過程を学んでいます。調理員が魚をさばいた時には、こどもたちはうろこを実際に触って喜んだり、大きな骨があることに驚いたりしました。こどもたちの発見や気付きを踏まえて、魚の骨を使用した堆肥作りを行うなど、自然の恵みとしての食材にも触れ、いのちを育む営みにつながる食育にも取り組んでいます。

このように、日常生活の一部として身近に自然に関わることで、自らの感覚で食材を意識するようになり、自然と食事のつながりに気付いていきます。今後も、園や地域の特徴を生かし、一人一人のこどもたちが豊かな感性を育み、「食」を楽しむ体験ができる食育活動を発展・継続していきたいと考えています。



本物の魚を見て喜ぶこどもたち



骨って大きいね！