

「驚き」「疑問」を大切に 五感をフル活用

・タマネギ丸ごと大作戦

収穫したタマネギを丸ごと使う方法について子どもたちと話し合い、実の部分では、タマネギスープを作った。また、実の部分以外は保護者の意見を参考に、給食で提供してくれ「（葉の部分も）ほんまに食べれるんやな」の声があった。皮の部分は染物やタマネギアートにして楽しみ、どうしても食べられない部分は「コンポストに入れよう」と今年度も堆肥づくりに取り組んだ。

・コンポストでの堆肥づくり



設置型コンポスト



段ボールコンポスト

コンポストの温度が高い方が分解されることや向きの食材があることを知り、2か月間毎日記録をつけながら堆肥作りに取り組んだ。段ボール型の焼いたもみ殻を使用したコンポストと設置型のコンポストで堆肥が完成し、畑やプランターの土に混ぜ、野菜や花の栽培に利用した。また、子どもたちや保護者とも話し合い、来年度のコンポストづくりのための費用にしようとして販売した。



いらっしゃいませ～。
たいひはいりませんか～。

・給食クイズ

香川県産品の食材や、出汁の種類を『給食クイズ』として放送した。今食べている給食についてのクイズのため、子どもたちがすぐに考えたり知ったりする時間になっている。



どれが1番出汁が出るかな？

・食育だより

行事の中止が相次ぎ保護者と関わる事が少なく感じた。『食育だより』で、食育活動を伝え、時折、ちょこつとアンケートを取ることで保護者の生の声を聞き、思いを共有する場を大切にしている。今年度は送迎時や家庭訪問、クラス懇談等で食育に関する悩みを聞いたものを『食育だより』を通して返している。



春野菜総選挙
どの野菜が好きですか？

・配信レシピ

保護者から保育所メニューのレシピがほしいという意見があった。各クラスで「これは！」と思う献立を持ち寄り話し合う時間を設け、月に一度保育所一押し献立レシピを配信することになっている。

繋かれ、もったいない0（ゼロ）

・絵本を活用しながら

『いのちをいたたく』について考える



生き物を育てよう



きりみ



絵本貸出日におすすめ絵本を
ポップで紹介

・4度目の正直、スイカを育て

種からスイカは育つのかと、3歳の時に3度挑戦するが、芽は出るものの育たなかった。今年度4度目の挑戦で2個収穫!!その経験をもとに子どもたちが創作劇にし生活発表会で表現することを楽しんだ。



あま～い



おいし～い!

育たなかった野菜や果物を使って
ままごと遊び

まとめ

調理員として「もったいない0（ゼロ）」をよく考えていくうちに、毎日食べる給食が彩りよく、安全でおいしいものならば、残食がなくなり食品ロスもなくなるだろうと感じた。魅力的な給食を提供すれば、家庭でも給食のことが話題になり、食べることに興味・関心が増していくように思える。私たち調理員は食

べる人を思い、食べる人の幸せを願った調理をすることが「もったいない0（ゼロ）」への一番の近道になるのではないかと
思うようになった。

子どもたちの「またつくって!」「おいしかったよ!!」などの身近な声が聞きたいから、これからも心を込めた給食を提供していきたい。



食育とは「食べる・育てる」食育。『食育』だけでは足りないはずだと改めて考えた。『食べる』だけでなく、命をいただいていることやつくってくれた人に感謝する心も大切にしたいと取り組む中で、子どもたちの『やってみたい』を、保育者がともに



『楽しい!』と感じ関わるのが大事だと改めて実感した。そして、命や物を大切にしようとする関わりを近くで見ている子どもたちの心に何か一つでも留まり、いつか繋がる瞬間があればと願っている。これから



も「もったいない0（ゼロ）」を思い続けられるような食育を継続していきたい。

また 食べた い 食 べ る っ て た の し い ね

「おなかとくっつける満足を」

坂出市立南部保育所
所 長 古川 明子
調理師 吉田 陽子

食育活動の動機と目的

南部保育所は市の南方、生活の場として便利な地域にある。開設50周年を迎え周辺の環境は変わってきたけれど保育所の門をくぐると、四季折々の栽培や収穫をし、子どもたちがさまざまな遊びや経験を通して、食への興味が持てるようになると願っている。社会環境やコロナ禍で提供の仕方や、内容がこれまでに変化し、また保護者の就労時間等により、一人ひとりの食事時間や内容は多様化していることを感じる。保育所に通う子どもたちが、食に対して興味を持ち、楽しんで食べるができるようになると願う。



園での食事は、栄養摂取だけでなく

く、生活リズムや人間関係など、環境的側面においても重要な要素である。現状に合わせた食育計画の見直し、それに基づく実践を通して、子どもの食生活の確立と食への関心が求められている。食べたという気持ちで食事の時間を過ごしているのか、どうすれば食事を楽しめるのか、どんな工夫ができるかを考える。

● 体と食、食べ物に関心を持ち、友だちと一緒に楽しく、食事をしよう

● ☆食べることに興味を持ち、食べた いものや好きなものを増やそう
● ☆給食食材の種類について知り、体 と食べ物との関係について関心を持 てるようにしよう
● ☆食べた いと思う気持ちを高め、友 だちと一緒に楽しく食事をとろう



3・4・5歳児の給食はバイキング形式で『おなかがついたから食べよう』『この遊びが終わったら食べよう』『等子も自分で考えている』『選択する』ということが、何事においても生きる力につながっていくと考え、給食にも取り入れていく。しかしコロナ禍は決まった時間に指定の席で食べることとなった。少しでも『食べた い』『今日の給食は何だろう』と意欲を持ち楽しい時間になるようにと話し合う。まずはメニューを知ること、次にその中に入っている食材を知ること、その食材が自分の体のどんな力につながっているかを考えていけるように、赤、黄、緑の栄養素とおいしい味のお手伝いとして白を加えて分けることを朝の集まりの時間の日課として給食当番を中心に取り組んだ。



「これはみどりの仲間やけん、ちよつと苦手やけどがんばってみよう」「これははくのかんにくになるー」と言う子や、保護者から『きょうはおしるにやさいがいっぱいはいっていただけ、ぜんぶ食べたんで』って聞きました」と、家庭でも食に関する会話がぐんぐん、少しずつ聞かされてきたと感じる。

カレー作りでのこと

4歳児で玉ねぎやジャガイモを植え、5歳児になったら収穫。近くのスーパーで買い物をした材料を加えてのカレーづくりが恒例で毎年楽しみにしている。

にしている。炒めた玉ねぎのいい香りが痛くなってきた鼻がツーンとしたのにおい、なんでもやろう？「あー油（炒めるときに使用）は白の仲間（おいしい味のお手伝い）。きつとタマネギをおいしくしてくれたん。白の仲間がタマネギを身寄せたん！」と、子どもたちは納得といった表情。5歳児にとつて、あこがれだった活動を経験し、子どもたちは任されるうれしさや、大変さを感じる。と共に分かからないこと、難しいと思うこと、不安に思っていたこと、上手にできなかったこと、と等々、その度に自分でも考え、誰かと一緒に楽しさやおいしさを共有した。

● 運動会では『食』をテーマに「ようき・のんき・げんきっす」

親子での障害物競走をアレンジし調理師もコーナーに立っている保護者から「いつもおいしい給食をありがとうございませす」等と声をかけられ、こんな機会が持てうれしかった。気持ちになっ

