

冬瓜を使って

坂出市公立保育所・こども園は7園それぞれが自園調理。毎月給食献立作成会を行い、統一の献立のメニューを提供する。手作りのやつにつけいても提案し情報交換しながら取り組んでいる。初めて扱う野菜に「冬瓜」の使用をし『厚揚げと冬瓜の煮物』を提供したが子どもたちはもちろん、大人も知らない人が多かった。



絵本おおきなかふ



2歳児の子どもたちが大好きな絵本。うんといしょ、どっこいしょのフレーズは一緒に口ずさみ、思わず体が動き出すもの。カブという野菜の給食のメニューは、カブの甘酢和絵

給食参観・保護者研修・ 食育アンケート



保護者のかたから、よく聞かれる
悩みは「給食は食べるけど、家では
好き嫌いして：」という話である。
家庭では「ウロウロしてしまう、自分
で食べない等、保育所でどんな風に
食べているのか見たい」という声があ
り、保育参観の時に子どもたちが給
食を食べている様子を見てもらうこ
とを計画する。



子どものおやつは、足りない栄養素を補うためのものと考え、不足しがちなビタミン類・カルシウム・食物繊維のものがおすす。市販のおやつは甘すぎたり、しょっぱすぎたりするものが多いので、量や頻度を考えるとよい。

A black and white photograph of a wooden signpost. The post is made of dark wood and has two rectangular signs attached to its top horizontal beam. The signs appear to contain text and possibly some diagrams or maps. The signpost is situated outdoors, with some foliage and a paved path visible in the background.

いう内容が多くよせられた。そのことをふまえて坂出市こども課管理栄養士に来てもらい研修をする。

現在はランチルームを再開し、年齢・異年齢児のかかわりを持ち、自分で選ぶことのできる給食の時間を大切にしている。それは自立して力をもつながらつてていると思う。また地域とのかかわりも戻つてきたり、梅をいただいて梅ジュースや梅干しを作りに挑戦したりしている。夏野菜はそれぞれのクラスで栽培し、毎日の成長を楽しみに登園してくれる子や、実をツンツンさわってドキドキしているなどの表情を浮かべて、いるのを見かけるとほのぼのとしているのかい気持ちになる。これからも子どもたちの声に耳を傾け、保護者のかたとと思いを重ねながら、おなかとこころが満足できるような食を通しての子どもたちの育ちを考えていきたいと思う。

子どもたちと話をしたり、一緒に調理したり、経験することで意欲が高まることが改めてわかった。生活の中、また遊びの中で、食は常にとるものにある。食べることだけを取り上げるのではなく、子どもたちの好奇心がわくような取り組みを通して、楽しさや喜びを体験していくながら「食べたい気持ち」が高まるようから

これから

