



育てる！食べる！考える！って 楽しいね！



～食育活動紹介～

弦打保育所

栽培活動

保育所内にある畑やプランターで、季節に応じた様々な野菜を育て、
生長や収穫を楽しんでいます。



大きくなあれ！



大根の間引き

クッキング

収穫した野菜を使って、クッキングを楽しんでいます。

4月、昨年植えたスナップエンドウを収穫しました。ピースごはんになります。

6月には収穫した玉ねぎ、ジャガイモを使い、
カレークッキングをする予定です。

また、毎月2回『ほかほかごはんのひ』を
実施しています。5歳児が米を洗い、3.4.
5歳児各クラスの炊飯器で炊き、でき立て
ご飯を食べます。



田植え・稲刈り
～地域の方と～



触ってみよう！
匂ってみよう！



栄養調べ

給食後、5歳児が給食の先生と一緒に『たべもの列車(三色食品群わけ)』を行っています。継続して行うことで「赤色のなかまや！」と少しずつ食べ物への働きを理解し、食への興味が広がっています。

保護者とサンプルケースを見ながら「今日の給食はねえ～」と親子で会話を楽しむ姿が見られます。



給食のお手伝い

玉ねぎの皮むきやピーマンの種取り等、毎日の『皮むき当番』を5歳児が行っています。

また、旬の食材のそら豆やとうもろこし等の皮むきを3.4歳児が行うなど、ちょっとした手伝いもしています。自分が関わることで、苦手な食材も子どもたちの食べる意欲につながっています。

