

食育だより

令和 5 年 7 月発行
高松市立川岡幼稚園

幼稚園の畑のジャガイモとタマネギが大きくなり、みんなで収穫しました。

カレーにしよう！

早く食べたい

いっぱいとれたね！

こんなにたくさん
どうしよう？

おうちに持って
帰ろう！

園でふかし芋をしました。
「皮が柔らかくてすぐむけたね」

6月21日、年少児、年中児も野菜を洗う、皮をむくなどできることを手伝い、年長さんがカレーを作りました。お世話になっている地域の方と一緒に食べました。自分たちで育てた野菜で作ったカレー、みんなで食べたカレーは世界一おいしかったです。

おうちに持って帰ったジャガイモやタマネギは、おいしい料理に変身したようです。



年長組の子どもたちは苦手な食べ物が多く、給食をあまり食べない姿がありましたが、食べ物にはそれぞれ働きがあり、バランスよく食べることで丈夫な体ができることを知り、苦手なものも食べてみようという意欲が出てきました。

「私のおうちのジャーマンポテトはウィンナーが入ってるよ」
「うちはベーコンで作るよ」
「ウィンナーもベーコンも赤の食べ物だから栄養はおんなじだね」
という会話も聞かれ、食べ物や栄養についての知識も増えています。



【おうちの人から】

「お友達と収穫した野菜で一緒にごはんが作れて、とても楽しかったです」
「園で採れたジャガイモやタマネギをもらったことをきっかけに、お手伝いができてうれしそうでした」
「たくさんお手伝いありがとう」
「先生やお友達と一緒に収穫して、野菜に興味をもちながら作ったカレーライス、とってもおいしくできました」

カレーの材料は
どの栄養かな？



これからも自分の体に興味をもち、食べる楽しさやいろいろな食材を食べることの大切さを感じてほしいと思います。