

食育だより 3号

2025.11 改進保育所 TEL 611-3268

1歳児

この野菜な～んだ?
～人参とかぼちゃをみたよ～



どちらの野菜も、保育士が名前を知らせると「じんじん！」
「(かぼ) ちゃ！」と、楽しそうに真似で話していました。



「ここに種があるね」と知らせると、指で触っていました。

給食の時間に、「これはにんじんだよ」や、「きゅうり、(噛んだら) しゃきしゃき言うね」など、食材の話をしながら楽しく食事に向かっています。保育室にも、食材の写真を掲示したり、食材の出てくる図鑑や絵本を置いたり、日常の中で、“食”に興味関心を持てるような工夫をしています。

おうちでもご飯を作る前に食材を見せてあげたり、買い物の際に一緒に野菜を選んだり、食材に触れる機会をぜひ作ってあげて下さいね。

収穫パーティー

保育所で育てたサツマイモや小カブの葉などを使って、改進保育所では毎年恒例となっている改進汁（けんちん汁）を作りました。子どもたちは、調理する前の野菜の下処理のお手伝いをしました。



3歳児



(食べやすいように)
ちいさく、ちいさく…

3歳児は、自分たちで育てた小カブの葉だけでなく、コンニャクやチクワをちぎりました。



4歳児は、ピーラーでダイコン・ニンジンの皮をむいたり、ネギをハサミで切ったりしました。



4歳児

かわをむいたら、やさいのいろがかわるね。

ちょうどりしさん、おねがいします。

5歳児は、サツマイモの皮をむいたり、包丁でダイコン・ニンジン・サツマイモを食べやすい大きさに切ったりしました。



5歳児

みんなで、いただきまーす。

