

食育だより 2号

2025. 8 改進黨育所 TEL 611-3268

0、1歳児

旬の食材に触れてみよう



3歳児クラスのお兄ちゃんお姉ちゃんが、自分たちで育てたピーマンとなすを見せに来てくれました



「これ、さわっていいよ～」と手に持たせてくれました



いつも絵本に載っている野菜や果物を見ながら、指さしたり「ぱくっ」と食べる真似をしたりと興味津々の子どもたち。本物の野菜を見せてもらい、“これなんだろう？”と不思議そうな表情や興味津々で触ってみようとする姿が見られました。旬の食材に触れることで少しでも食への興味や食べる意欲に繋がってほしいと思います。

4歳児

ズッキーニ、とうもろこし
収穫して食べてみよう



顔の大きさぐらいに育った野菜に大喜びの子どもたち。友だちと力を合わせて皮をむいたり、ホットプレートで焼いて食べたりと様々な形で野菜に関わり楽しく食べることができました。



収穫したピーマン、トマトで
夏野菜ピザを作ったよ

育てた野菜を使っのピザ作りでは、ハサミでピーマンを切る・はかりで小麦粉などの材料をはかる・生地をこねてのばす・好きな量をトッピングするなど子どもたちが、様々な調理過程を経験しました。

料理をする難しさや楽しさ、作った料理をみんなで食べる喜びを感じることができ、「いえでもつくりたい」とレシピを書く姿もありました。また、ご家庭でも作ってみてください。



5歳児



生地を手にとってちぎる
調理師のプロの技に
釘付けでした

