



食育だより 2号

2024. 8 改進黨育所 TEL 611-3268

3歳児

乳児

乳児クラスでは、楽しい雰囲気の中、“自分で意欲的に食べる”ということを大切にしています。スプーンを使って食べる子どももいれば、手つまみで食べる子どももあり、それぞれの子どもの姿に合わせて食器・スプーンを使用しています。今回はどのような食器を使用しているのか、また、どのようなことをポイントとして、子どもたちに食べ方を知らせているのかをお伝えします。

小皿



立ち上がり皿



スプーンを使い始めた子どもに使用しています。縁の部分に高さがあり、スプーンですくいやすくなっています。手首を返して食べられるように、食べ物を食器の縁に寄せておくようになっています。

手つまみ食べの子どもに使用しています。

どちらの食器を使用する際にも、保育士が一口分量ずつのせて一口分量を知らせることから始め、しっかり噛んで飲み込んでから次の一口を食べるように伝えています。また、徐々にのせる量を増やし、自分でスプーンを使って一口分量をすくうことを知らせていきます。また、お皿に手を添えることも伝えています。

遊びの中で、大きく体を動かすことでしっかりとした体幹を作ること、指先や手首を使って遊ぶことで、椅子に姿勢よく座って、スプーンですくって食べることにつながるようにもしています。

5月にズッキーニを植えました。毎日お水をあげたり、周りの雑草を抜いたりして大事に育てたズッキーニ。だんだん大きくなり、ついに収穫の日を迎えました。お世話中は「きゅうり」と言う子どももいたのですが、触ってみると“ちょっときゅうりと違うかも”と感じたようで、ズッキーニをまじまじ見ながら「これなんやった？」と聞いていました。

自分たちで収穫して洗ったズッキーニはその日の献立のカレーに入れてもらいました。最初はちょっと嫌そうにした子どももいましたが、食べてみるとおいしかったようで「ぜんぶたべたっ」と喜んでいました。「きゅうりとちがうね」と声をかけると「ぱりぱりしてない」「きゅうりよりおいしい」と違いにも気づいていました。自分たちで育てた分、いつもよりも味や食感に敏感な子どもたちでした。



うわーおっきい

はっぱ(の茎)ちくちくする



ズッキーニっていうんだよ



あらいました
おりょうりしてください



おっきいズッキーニ
あったー



カレー
できてるー

