

保育園児の野菜栽培・調理体験

千 歳 市

1 取組の目的

千歳市立の北栄保育所と末広保育所では、食育目標を「おなかですくリズムの持てる子ども」「食べたいものが増える子ども」「一緒に食べたい人がいる子ども」「食事作り、準備にかかわる子ども」「食べものを話題にする子ども」とし、食育に取り組んでいる。

野菜の栽培・収穫・調理に関する活動は、食への興味や意欲が持てること、作物を育てる楽しさを感じることで、自然の恵みに感謝する気持ちを育てることを目的に行っている。

2 取組の内容

(1) 米・野菜栽培

ア 米の栽培

農家の方から頂いた土と苗を使用し、夏の間は水の管理をし、秋に稲刈りを行いお米のできるまでを体験する。

(ア) 苗を植える

農家の方から頂いた土と保育所の庭の土を触り、その違いを感じてもらおう。その後、農家の方から頂いた土をバケツに入れ、ミニ田植えを体験する。

(イ) 収穫

グループごとにはさみで切って収穫する。保育参観の日に行い、父母にも体験してもらおう。収穫した稲穂は玄関に「はさかけ」をし、子どもたちや保護者に見てもらえるようにした。

(ウ) 脱穀・粳すり

ビニール袋に米粒を入れ、脱穀する。その後、すり鉢で粳すりを行った。子どもたちは細かい作業を、集中して行っていた。



(エ) 調理

米とぎをして炊飯し、おにぎりを作る。自分たちで育てた米を使ったおにぎりの味は格別だった。

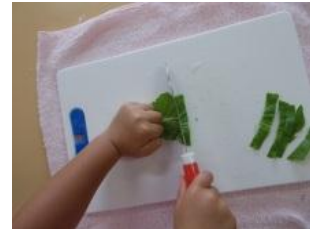
イ 野菜の栽培

毎年、保育所の敷地内にある畑で、各年齢のクラスごとに畑作りを行っている。3歳以上児は、何を植えるかクラスごとに話し合い決めている。3歳未満児は、収穫が視覚的にわかりやすいものを中心に栽培している。種や苗を植え、水やりや草むしりを繰り返す中で、野菜を観察し収穫することを楽しんで経験している。



(2) クッキング

収穫したもので何が作れるかを子どもたちと相談し、クッキングを行っている。また、日々食べている料理を作り、どんな食材が入っているか、どのように作られているかなどを学びながらクッキングに取り組んでいる。これらを通して、いつも調理してくれている保護者や調理員へ感謝の気持ちを寄せることができるように心がけている。



ア カレーパーティ

2歳児は野菜を洗う。3歳児はたまねぎをむいた。「1枚むいたらおとなりへ・・・」と渡し、みんなで協力して行った。4歳児は、ピーラーでにんじんの皮むきに挑戦。5歳児は表面がでこぼこのじゃがいもの皮むきに挑戦。

材料が揃うと、子どもたちが全員集まり、大きな鍋で調理する。煮込んでいる間、食材について、カレーの作り方についてのお勉強を行った。でき上がったカレーを食べながら、いつも何気なく食べているカレーはたくさんの人が携わって作られていることを学んだ。

イ 絵本からのおにぎり

子どもたちが大好きな「おにぎり」の絵本の読みかかせを行い、ごっこ遊びを楽しみながら、ご飯を自分たちで握り、おにぎりを作って食べることで食への意識とつながっている。



ウ 鮭の解体とクッキング

千歳市には鮭のふるさと館があり、鮭の放流が盛んに行われている。鮭と子どもたちで手紙のやりとりをするごっこ遊びを通して、鮭について学ぶ。最後は、雄と雌の鮭を子どもたちの前で捌き、鮭おにぎりや石狩汁を作る。いつもスーパーや食卓では切り身で売られている鮭は、どのような魚でどのように育つかを一連の流れで学ぶ。



3 成果と課題

(1) 成果

- 自分で調理した後は、料理に入っている食材に気持ちを向けるなど食への興味の広がりが見られる。
- 自分たちが収穫したものは、苦手な食べ物でも口にすることができている。
- 繰り返しの経験の中で、調理器具の使い方も上手になってきており、手伝いにつながる様子がみられている。また、家庭で食について話題になったり、手伝いにつながったりする様子もみられている。

(2) 課題

- 各年齢や食物アレルギーに配慮した内容にしていく必要がある。

