

施設名	あい音保育園	電話	048-729-5831
住所	さいたま市北区宮原町4-3-9		

事例 16	タイトル	秋の大冒険	
目指す姿 (大きな目標)	自分が作る楽しさを感じる。達成感や充実感を味わう。		
当日のねらい (小さな目標)	自分達で作りたての食材料を選び、作り上げる楽しさ、食べる事の喜びを感じる。		
方法	対象者 (○で囲む)	0歳児・1歳児・2歳児・3歳児・4歳児・5歳児・保護者・その他( )	
	実施者 (○で囲む)	幼稚園教諭・保育士・栄養士・調理師・調理員・その他( )	
	日時	令和2年 9月25日	
	場所	共有スペース	
	資料・教材	材料一式 食料一式	
実施内容	・ホットドッグを作る。自分達で作りたての食材料を選びロールパンにつめて完成させる。 (バターロール、ウインター、いも、チーズ、キャリ、レタス、トマト、ツナマヨから選択)		
結果・参加者の反応や様子	新しい生活様式の中での保育の中で、子ども達が食に触れられる機会を設けられる様に考え取り組んだ。共同で作る事は難しいが、自分達で食材料を選んで自分の食べるロールパンを作り上げる事にワクワクした気持ちを持っていた。手袋をつけてはがらパンにはさんでいく行程が難しかった様で、パンにははさめなから、食材料はそのまま食べている子もいた。自分達で作ったパンに満足している様で楽しくおいしく食べている様であった。		
評価・今後の課題	自分達が調理する事で、達成感や充実感を味わっている様であった。 子ども達が、今後どのような過程で調理されているのか、食に関して関心をもてるようにしていく。	備考	



## 【コラム】 第3次さいたま市食育推進計画 ②

【食育の目標】 さいたま市5つの「食べる」

### さ 「三食しっかり」食べる

健康のため、バランスよく、三食食べる習慣を家庭や学校などで身につける。

### い 「いっしょに楽しく」食べる

家族や仲間などと食事や料理を楽しみ、人とのつながりを深める。

### た 「確かな目をもって」食べる

食の安全のための知識を身につけ、食品を選び、食べる。

### ま 「まごころに感謝して」食べる

自然の恵み、作ってくれた人、食事ができることなどへの感謝の気持ちをもって、食べる。

### し 「食文化や地<sup>じ</sup>の物を伝え合い」食べる

地元のおいしい食材や料理を取り入れ、食べることで食文化を学び、伝える。

施設名	モトの木保育園	電話	048-650-0202
住所	埼玉県さいたま市大宮区堀の内町3-236-2		

事例 17	タイトル	さつまいもクッキー	
目指す姿 (大きな目標)	収穫からおのりまで大切さを気づく		
当日のねらい (小さな目標)	材料を丁寧に扱い、楽しんでクッキー作りを行う。		
方法	対象者 (○で囲む)	0歳児・1歳児・2歳児・3歳児・4歳児・5歳児・保護者・その他( )	
	実施者 (○で囲む)	幼稚園教諭・保育士・栄養士・調理師・調理員・その他( )	
	日時	令和2年 10月30日(金)	
	場所	保育室	
	資料・教材	収穫したさつまいも、ボウル、マッシャー、クッキーの材料 作りおきのトレイ	
実施内容	さつまいもを洗う、茹でた芋を潰す、クッキー生地を作る、焼く、試食		
結果・参加者の反応や様子	茹でた芋の香りやさつまいもの色の変化、柔らかさを感じ、 五感を使ってクッキー作りを楽しんだ。 試食の際、「全部食べるのがもったいない」「おいしい」「おのりがおいしい」等 園児同士で会話している様子が見られた。		
評価・今後の課題	3才児クラスにアレルギーの子がいるため、 アレルギー除去の生地で作るクッキー作り を行った。今後モアレキ等の 配慮をしながら様々な内容の 活動を取り入れていきたい。		備考

施設名	社会福祉法人誠心会あおぞらウィンクルム保育園	電話	048-782-7816
住所	さいたま市大宮区桜木町 1-185-2 のびのびプラザ大宮2F		

事例 18	タイトル	流し素麺を体験しよう！	
目指す姿 (大きな目標)	お友だちと楽しく流し素麺を体験する。		
当日のねらい (小さな目標)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・夏の風物詩を体験する。</li> <li>・みんなで一緒に食べ、クラスの交流を深める。</li> <li>・流れてくる素麺をお箸で食べる。</li> </ul>		
方法	対象者 (○で囲む)	0歳児・1歳児・2歳児・3歳児・4歳児・5歳児・保護者・その他( )	
	実施者 (○で囲む)	幼稚園教諭・保育士 栄養士・調理師・調理員・その他( 園長 )	
	日時	令和2年8月4日(火)	
	場所	2F 園庭	
	資料・教材	<ul style="list-style-type: none"> <li>・流し素麺道具一式(竹、ホース、ザル、ボウル)</li> <li>・材料一式(そうめん、めんつゆ)、お椀、エンボス手袋</li> </ul>	
	実施内容	<ol style="list-style-type: none"> <li>①園庭に流し素麺用の竹を設置する。</li> <li>②給食室で茹でた素麺を流していく。</li> <li>③流れてきた素麺を自分の箸で3回掴みお椀に入れ、食べる。</li> <li>④子どものお椀にめんつゆを入れていき、皆と一緒に「いただきます」をして食べる。</li> </ol>	
結果・参加者の反応や様子	<p>始めは流れてくる素麺を掴む事に苦戦していたが、取れない事も楽しんで参加していた。初めて素麺を食べる子どもも多く、素麺の食感や味なども楽しんでいた。また、素麺を掴むコツを掴むと、集中して箸で掴んだり、掬ったりする事が出来ていた。</p>		
評価・今後の課題	<p>初めての経験に戸惑う姿も見られたがとても楽しそうに参加していた。今回は、自分の箸を使用したのが、正しく持てずに苦戦している様子が多く見られた。食育活動の一環とし、箸の持ち方や使い方について行っているが、流し素麺を行う前に、もう一度復習する機会を設けても良かったと思う。</p> <p>終了後、園庭のゴムチップに掴み損ねた素麺が入ってしまっていたので、ブルーシートなどを敷いた上に竹を設置するなど配慮すべきだった。</p>	備考	



施設名	太陽の子堀の内保育園	電話	048-650-6611
住所	さいたま市大宮区堀の内町 1-178-1		

事例 19	タイトル	うどん作り	
目指す姿 (大きな目標)	手作りうどんを食し、食への関心を深める		
当日のねらい (小さな目標)	うどん作りの足ふみ工程を楽しむ		
方法	対象者 (○で囲む)	0歳児・1歳児・2歳児・3歳児・4歳児・5歳児・保護者・その他( )	
	実施者 (○で囲む)	幼稚園教諭・保育士・栄養士・調理師・調理員・その他( )	
	日時	令和2年8月28日	
	場所	保育室	
	資料・教材	絵本『うどんできた』・うどん生地	
実施内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>① 絵本『うどんできた』を読みうどん作りについてお話をする</li> <li>② ビニール袋に入ったうどん生地に触れ感触を楽しむ</li> <li>③ みんなで順番にうどん生地を踏む。</li> <li>④ 給食室で調理したうどんをおやつに食べ味わう。</li> </ul>		
結果・参加者の反応や様子	<p>全園児を対象にみんなでうどん作りを楽しめた。</p> <p>0歳児も感触を楽しみ触れることができ、幼児クラスはうどんがどんな風に出来るのか学ぶことが出来た。</p> <p>又、おやつで、自分たちで踏んで作ったうどんはみんな『おいしい!』とよく食べていたので、食への関心も深めることができた様子だった。</p>		
評価・今後の課題	世の中コロナウイルスが流行している中での活動であったため、子ども達が直接触れずに楽しむ方法を考えて行えたので良かったと思う。又、幼児クラスはうどん作りの前に(別日)小麦粘土での活動を行って、当日への関心も深めることができた。	備考	今後も感染症に注意しながらの活動を行っていききたい。



施設名	大成たいよう保育園	電話	048-778-8615
住所	さいたま市大宮区大成町 2-161-1		

事例 20	タイトル	5歳児によるお米作りとおにぎりパーティー	
目指す姿 (大きな目標)	食への興味・関心を深め、食材へ感謝の気持ちを持つ。調理の楽しさを知る。		
当日のねらい (小さな目標)	5歳児が行ってきたお米作りを全園児で共有する。また、5歳児への憧れを深める。		
方 法	対象者 (○で囲む)	0歳児・1歳児・2歳児・3歳児・4歳児 (5歳児) 保護者・その他( )	
	実施者 (○で囲む)	幼稚園教諭 (保育士) 栄養士・調理師・調理員・その他( )	
	日時	2020年12月11日(金)	
	場所	大成たいよう保育園	
	資料・教材		
	実施内容	5歳児が5月から、お米作りを行ってきた。芽出し、田植え、稲刈り、脱穀、精米作業を経て、自分たちで育てたお米で喜びを感じながら、おにぎり作りを行う。5歳児がどのような過程で、お米を育てたのかを他クラスに向けて、絵日記新聞形式で発表を行う。また、他のクラスは、おにぎり作りやけんちん汁作りの調理見学も行う。(今年度は、感染症予防の観点から5歳児のみが調理を行う)	
結果・参加者の反応や様子	<p>今年は、例年とは異なった形でのおにぎりパーティーだったが、5歳児が自分で育てたお米を大事に調理する姿が見られた。味見程度だったが、炊き立てのお米を試食すると、「自分で作ったお米は、いつもより美味しく感じる」「もっと食べたい」と喜びを感じていた。ホールに飾られた自分のおにぎりを見つくと、他児や職員に様子等、積極的に話をする様子があった。又、持ち帰りのお米を見ると、更に嬉しそうなお表情を見せ、「家でも作ろう」と家庭での調理に期待を高める児もいた。</p> <p>見学に来た他クラスの児は、「頑張れ、頑張れ」と応援したり、「美味しうなあれ」と声を掛けて、おにぎりパーティーと一緒に楽しむ姿が見られていた。又、絵日記発表では、5歳の一生懸命発表する姿を全園児、真剣な眼差しで聞く姿があり「早く5歳になりたいな」と5歳児への憧れの気持ちが芽生えているようだった。</p>		
評価・今後の課題	絵日記では、印象に残った作業や、難しいと感じたことを絵と文章で表しまとめていた。これからお米作りを行う0～4歳児に向けて、それぞれの行程でのコツもまとめていた。子どもたちが全行程を振り返り、進められていたことが良かった。また、約8カ月かけて、1つのことを行い、やり遂げる達成感や、普段当たり前のように口にしているお米の有り難さを伝えることが出来たと思う。	備考	



# 田植え、草取り



# 稲刈り、脱穀、お米すし




# おにぎりパーティー、お米日記発表



施設名	桜花第二保育園	電話	048-782-5463
住所	さいたま市大宮区桜木町 4-570-1		

事例 21	タイトル	ミニトマトの栽培	
目指す姿 (大きな目標)	野菜を育て、収穫する喜びを味わう。		
当日のねらい (小さな目標)	できた野菜を実際に食してみる。		
対象者 (○で囲む)	0歳児・1歳児・2歳児 (3歳児) (4歳児) 5歳児・保護者・その他( )		
	実施者 (○で囲む)	幼稚園教諭 (保育士) 栄養士 (調理師) 調理員・その他( )	
		日時	2020年5月～7月
	場所	保育園園庭	
方法	資料・教材	ミニトマトの苗、土、プランター	
	実施内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ミニトマトの苗の水やりを交代で行う。</li> <li>・苗の世話、観察をしてどのように育つのかを知る。</li> <li>・収穫をして、実際に食べてみる。</li> </ul>	
結果・参加者の反応や様子	<p>コロナウイルス感染症での登園自粛があったため、苗は職員で植えた。植えた苗をこまめに観察し、生長の様子を見た。初めは興味を示さなかった子も、苗が大きくなるにつれ「虫がついてるね」「実が出来てるよ」など、変化を探すようになった。たくさんの実がなると、保育士や友達と喜びを伝え合い、色や形の変化にも気付く子もいた。収穫したトマトを給食やおやつの時間に出してもらおうと嬉しそうに食べる姿が見られた。トマトが苦手な子もいたが、自分で育てたことで食べられた子もいた。</p>		
評価・今後の課題	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ミニトマトの成長を最後までじっくり観察することができた。</li> <li>・自分たちで育てたことで、生長の喜びや、食物を身近に感じる事ができた。</li> <li>・今後も様々な食物の栽培や食材に触れて、食への関心を持てるようにしていきたい。</li> </ul>	備考	

施設名	あすなろ保育園	電話	048-684-6132
住所	見沼区南中野582		

事例 22	タイトル	行事食のお話&だしソムリエごっこ	
目指す姿 (大きな目標)	日本の食文化を知る		
当日のねらい (小さな目標)	行事食について知り、だしの美味しさを味わう		
方法	対象者 (○で囲む)	0歳児・1歳児・2歳児・3歳児・4歳児・5歳児・保護者・その他( )	
	実施者 (○で囲む)	幼稚園教諭・保育士・栄養士・調理師・調理員・その他( )	
	日時	令和2年12月21日 10:15~	
	場所	保育室	
	資料・教材	行事食や、おせち一品一品の写真、重箱 かつおぶし、煮干し、昆布、干し椎茸の実物と、各食材からとっただし汁	
実施内容	<p>① 行事食について写真を見ながら「これを食べるのは何の日かな?」と問いかけながら伝える</p> <p>② おせち料理についてのお話。重箱を見たり、おせち一品一品に込められた意味を伝える。</p> <p>③ 出汁の飲み比べ。五味の味の中の「うま味って何だろう?」から話を進め、かつおぶし、煮干し、昆布、干し椎茸に実際に触れたり、匂いを嗅いでみる。 その後、シールを貼り色分けした紙コップに、各食材からとっただし汁を入れ、「○色の紙コップには、何からとった出汁が入っているでしょう?」とクイズ形式ですすめる。</p> <p>④ 最後に【だし汁を全種類混ぜて味付けしたもの】と【水に味付けしたもの】を飲み比べ、だしの美味しさを知る</p>		
結果・参加者の反応や様子	<p>・行事と行事食の結びつきのお話では、当日がちょうど冬至だったため、「今日は何の日でしょう?」「今日のお給食はかぼちゃのいとこ煮だよ」という話から入り、すすめやすかった。保育園で毎年食べている行事食は、よく知っていた。</p> <p>・五味についてのお話では、「お砂糖はどんな味かな?」などと問いかけると次々に答えていた。</p> <p>・だしの飲み比べでは、だしをとる前の実物と、紙コップに入っただしの匂いを交互に嗅ぎながら、真剣に取り組み、グループ内で意見を言い合っていた。</p> <p>・一番気に入っただしを聞いてみると、「かつおぶし」が人気で、昆布だしや干し椎茸のだしは「変な味がする」「苦い」という子も多かった。</p> <p>・最後の【だしを全部混ぜて味付けしたもの】と【水に味付けしたもの】の飲み比べでは、ほとんどの子が「だしが入っている方が美味しい!」「これ大好き!」と喜んでいました。</p>		
評価・今後の課題	<p>・今後も行事食を大切にしていきたい。大人になっても自分で行事食を作ったり、だしをとる習慣に繋がったら嬉しい。</p> <p>・実際にだしをとる活動をしてみたいと思った。</p>	備考	 <p>おせち一品一品に込められた願いのお話</p> <p>真剣にだしの飲み比べをする子どもたち</p>



# さ

## 「三食しっかり」食べる

### ① 健康な身体をつくる食生活を実践する

目指す姿

- 早寝早起きや適度な運動を行い、規則正しく食事をとるなど、健やかな生活を送っています。
- よく噛んで食べています。



### ② バランスのとれた食事を実践する

目指す姿

- 主食・主菜・副菜の組み合わせや量に配慮した食事を実践しています。
- 適正体重について理解し、体重管理ができています。



### ③ 「三食しっかり」食べるための実践のポイント

- 早寝・早起き
- 朝食を食べる
- 歯を大切に作る
- よく噛んで食べる
- 野菜を食べる
- 健康に配慮した商品やメニューの提供・選択
- 食や健康に関する正しい情報の提供・選択
- 主食・主菜・副菜を組み合わせる
- 牛乳・乳製品、果物の過不足に気をつける
- 適量を理解し、調整する
- 体重計測、適正体重の維持
- 各種健診・検診、保健指導

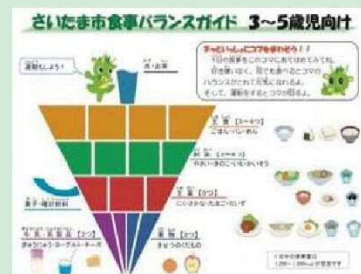


重点プロジェクト「朝食」

## 朝食の役割

朝食は、健康で豊かな生活を送る上で重要な役割を担っています。

- ・ 脳や体を目覚めさせ、生活リズムを整える
- ・ 活動や成長に必要なエネルギーや栄養素を補給する
- ・ 胃や腸を刺激し、排便を促す
- ・ 体温を上げ、基礎代謝量を増やし、脂肪を燃焼しやすい体にする
- ・ コミュニケーションの場となる



「食事バランスガイド」を参考に、

**主食、副菜、主菜、牛乳・乳製品、果物を組み合わせて食べましょう。**

さいたま市では、3～5歳児向けの食事バランスガイドを作成しています。

施設名	風渡野保育園	電話	048-682-2550
住所	さいたま市見沼区風渡野 695-5		

事例 23	タイトル	お月見団子作り	
目指す姿 (大きな目標)	季節の行事に興味、関心を持ち、月見団子作りを楽しむ。		
当日のねらい (小さな目標)	小麦粉粘土の感触を楽しみながら、月見団子作りに参加する。		
方法	対象者 (○で囲む)	0歳児・1歳児・2歳児・3歳児・4歳児・ <u>5歳児</u> ・保護者・その他( )	
	実施者 (○で囲む)	幼稚園教諭・保育士・ <u>栄養士</u> ・調理師・調理員・その他( )	
	日時	令和2年9月28日	
	場所	5歳児保育室	
	資料・教材	小麦粉粘土、ボウル、バット	
実施内容	小麦粉に水を入れてこねていくと粘土状に固まっていく様子に「すごい！」と驚く姿が見られた。分割したものを順番に丸めると、小麦粉粘土の感触に「もちもちしてる」、「すごく柔らかい」といった様々な感想を言っていた。一人一つずつ丸めたが「もっとやりたい」という園児もいた。		
結果・参加者の反応や様子	小麦粉がどのように固まり団子になるのか、団子がどのように作られていくのかなどそれまでの工程を学ぶことができた。終わったあとも友達同士で感想を言い合い、楽しんでいるようだった。丸めた団子を調理室で焼き、果物を添えて廊下に飾ると、お迎えの時にお父さん、お母さんに「今日作ったお月見団子だよ」と話している姿がみられた。		
評価・今後の課題	あまり作ることのない団子作りを季節の行事を通して行い、保育士や友達との会話も増え、良い機会となった。	備考	

施設名	社会福祉法人芳真会 きらめき保育園	電話	048(682)5507
住所	〒337-0042 埼玉県さいたま市見沼区大字南中野695-1		

事例 24	タイトル	おにぎりを作ろう！！	
目指す姿 (大きな目標)	おにぎりを作ることをきっかけに、作物を育てる大変さや、食事を作る楽しさを知る。		
当日のねらい (小さな目標)	<p>精米になるまでの作物を育てる大変さを知る。</p> <p>食べ物には沢山の人の努力によって、食卓に並ぶことを知る。</p> <p>好きな具材を選ぶことで、オリジナルのおにぎりを作り、調理する楽しさを知る。</p>		
対象者 (○で囲む)	対象者	0歳児・1歳児・2歳児・3歳児・4歳児・5歳児・保護者・その他( )	
	実施者 (○で囲む)	幼稚園教諭・保育士・栄養士・調理師・調理員・その他( )	
	日時	令和2年12月16日(火)	
	場所	ゆり組保育室	
	方法	資料・教材	<p>お米ができるまでを簡単にまとめた資料</p> <p>もみ殻、玄米、藁、精白米の現物</p> <p>ごはん、のり、鮭フレーク、塩こんぶ、梅干し、ゆかり、わかめ、塩</p>
	実施内容	<p>自分で好きな具を選ぶ。</p> <p>おにぎりを作り、楽しむ。</p> <p>お米ができるまでのお話を聞く。おにぎりの作り方を学ぶ。</p>	
結果・参加者の反応や様子	<p>子供たちにお米を作るまでの過程を説明することで、作物を作る大変さを知り、一粒のお米も大切に食べることの大切さが伝わった。</p> <p>自分で具材を選ぶことで、好きなおにぎりを作ることを楽しみ、普段から食事を用意してもらうことに感謝する気持ちが芽生えた。</p> <p>「自分のごはん」を作る楽しみを知り、家庭でもお手伝いをする気持ちを持つことができた。</p>		
評価・今後の課題	<p>楽しく調理することができたが、調理時間に少々手間取ったため、もっとスムーズにできるように、工夫をしたい。</p> <p>このコロナ禍のなかで、密にならずに衛生面に配慮したクッキング方法を考える必要があると感じた。</p> <p>園児は楽しく参加していたので、これからも生産から学べる食育活動を行って食への興味を深めていきたい。</p>	備考	

☆きらめき保育園では「おにぎりづくり」を行いました！



子供たちと相談し、のり、梅干し、鮭フレーク、ゆかり、塩昆布などを用意しました。お米ができるまでの流れを子供たちと一緒に学びました。玄米やもみ殻を実際に触り、白米になるまでの過程を勉強し、お米を作る大変さを学びました。



子供たちは好きな具材でオリジナルのおにぎりを作りました！！かわいいおにぎりできました！！





# い

## 「いっしょに楽しく」食べる

### ① 家族や仲間と、楽しく、おいしく食べる

目指す姿

- 家族や仲間と一緒に料理や食事することで、食に対する満足感や楽しさを感じています。



### ② 食を通じてマナーやコミュニケーションを学ぶ

目指す姿

- 家族や仲間と食卓を囲むことで、箸の持ち方や食器の並べ方など食事の行儀作法や、コミュニケーションが身についています。

### ③ 「いっしょに楽しく」食べるための実践のポイント

- 家族と一緒に食べる
- 地域の人と一緒に食べる
- 食事づくりに参加する
- 料理教室や共食の場の提供
- 食を通して、箸の持ち方や食器の並べ方など食事の行儀作法を身につける
- 「共食」の普及・啓発(みんなで食べることの重要性)
- 毎月19日の「食育の日」の普及・啓発
- 友人や同僚と一緒に食べる
- 会話をしながら食事を楽しむ
- 地域のイベントや行事に参加する

重点プロジェクト「共食」

一緒に食べることだけではない「共食」

誰かと食事を共にすることを「共食」といいます。


共食には、家族や仲間と一緒にできる、以下のことも含まれます。

- ・ どんな食事にしようかを考えること
- ・ 材料をそろえること(買い物、収穫など)
- ・ 料理を作ること(下ごしらえ、調理、盛り付けなど)
- ・ 配膳、食卓の準備、声かけをすること
- ・ 食べること
- ・ 後片付けをすること(食器を片付ける、洗う、廃棄、保存)
- ・ 感想を話したり、聞いたりすること(次の食事のために、おいしかったかなど)





施設名	あすなろ若葉保育園	電話	048-680-5335
住所	さいたま市見沼区南中野 605		

事例 25	タイトル	自分達が育てた野菜を使ったピザ作り	
目指す姿 (大きな目標)	食への興味を持ち、食事を楽しみあえるようにする。 1年間を通し世界の料理・おやつを喫食し料理を通して海外への視野を広げる。		
当日のねらい (小さな目標)	自分達が育てた野菜を収穫し調理して食べる。世界の料理「ピザ」を作って食べる。		
方 法	対象者 (○で囲む)	0歳児・1歳児・2歳児・3歳児 (4歳児)・5歳児・保護者・その他( )	
	実施者 (○で囲む)	幼稚園教諭・(保育士)・(栄養士)・調理師・調理員・その他( )	
	日時	令和2年7月10日(金)	
	場所	ゆり組の部屋	
	資料・教材	ぎょうざの皮の大きさに合わせたクッキングシート(人数分・隅に名前記入) アルコール(手指消毒用・机消毒用)・ラップ ぎょうざの皮・ピーマン・玉葱・ゆり組が育てた茄子・トマトケチャップ・ミックスチーズ	
	実施内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・手洗いを入念に行い、手指をアルコール消毒する</li> <li>・机は水拭き→ペーパータオル→アルコール消毒→ラップで全体を隙間なく覆う</li> <li>・着席した個々人の前に名前記入済のクッキングシートを配布</li> <li>・各テーブル毎にぎょうざの皮・トマトケチャップ(スプーン)・ミックスチーズ(スプーン) 給食室で炒めた野菜(玉葱・ピーマン)・炒めた茄子(スプーン)を配置する</li> </ul> <p>作り方の説明を行う</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・クッキングシートの上にぎょうざの皮を1枚とる・トマトケチャップをスプーンですくい皮の上に乗せる。</li> <li>・炒めた野菜(ピーマン・玉葱→茄子)に乗せる ミックスチーズに乗せる</li> <li>・出来上がったピザはクッキングシートごと重ならないようお盆に乗せ、給食室へ運ぶ</li> <li>・給食室のオープンで焼く・焼きあがったピザをクッキングシートのまま、ゆり組に運ぶ</li> <li>・各個々人の前に出来上がったピザを配膳する</li> </ul>	
結果・参加者の反応や様子	<ul style="list-style-type: none"> <li>・テーブル毎に置かれた具材を同じテーブルの人と分け合う・皆が同じ量となるようにするという事の要領がなかなかつかめず、最初のケチャップはこわごわほんの少しの量を自分のぎょうざの皮の上に置いていた。余ってしまったケチャップをまた少し乗せるを繰り返していた。野菜→チーズになるとだいぶ要領もつかめ、多い・少ないと声かけをしながら分け合えるようになってきた。炒めたなすをピザの上に乗せる際、「プランターでとれた茄子だね」と言いながらぎょうざピザの真ん中に乗せてる子が多かった。端っこにトッピングする子も。</li> <li>・おやつの時間、自分達が作ったピザと給食室で作ったピザの2種類を喫食した。「自分が作ったピザの方が美味しい」との声が多く、「ケチャップの塗り方が自分の方が上手」とかトッピングに関しても比べて色々楽しんで喫食していた。</li> </ul>		
評価・今後の課題	<ul style="list-style-type: none"> <li>・今回は自分で作った物を自分で食べるという事で調理活動を行った。</li> <li>・ピザ作りの日とプランターで育てた野菜の収穫時期(たくさん採れる頃)とちょうどまく重なるようになる事が、なかなか難しく、プランターで育てた茄子は今回のピザではゆり組のみとなった。すみれ組が育てたミニトマト・ひまわり組の育てたおくら・かぼちゃを乗せられたら、もっと良かったと思う。</li> <li>・自分でピザを作った事が楽しかったようで顔を合わせると次は何を作るの?と聞いてくる子がいた。家庭でも作ったという声も聞かれた。</li> </ul>	備考	

施設名	有限会社 Life Dream きらら園	電話	048-682-0120
住所	埼玉県さいたま市見沼区東大宮 7-7-9		

事例 26	タイトル	こんにゃくとお豆腐を触ってみよう	
目指す姿 (大きな目標)	食べたいという意欲を育てる(1歳児) さまざまな食材の形態や感触を知る(2歳児)		
当日のねらい (小さな目標)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・こんにゃくの独特な触感を楽しみ、形の変化に興味を持つ</li> <li>・豆腐の感触や変化を楽しむ</li> <li>・身近な食材に興味を持つ</li> </ul>		
方法	対象者 (○で囲む)	0歳児 (1歳児)・(2歳児)・3歳児・4歳児・5歳児・保護者・その他( )	
	実施者 (○で囲む)	幼稚園教諭・(保育士)・(栄養士)・調理師・調理員・その他( )	
	日時	令和2年9月17日(木) 10:00~10:20	
	場所	きらら園 1階保育室	
	資料・教材	<ul style="list-style-type: none"> <li>・絵本「とうふさんがね…」</li> <li>・型(15種類)、ボール、スモッグ、消毒用アルコール</li> </ul>	
	実施内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・絵本を朗読後、こんにゃくの観察・感触・型抜き</li> <li>・ボールに入った豆腐を触る、形の変化を楽しむ</li> </ul>	
結果・ 参加者の 反応や 様子	<p>可愛い絵本で子ども達も集中して楽しめていた。こんにゃくの型抜きは、子ども自ら好きな型を選んで、保育者に援助をされながら型抜きを行っていた。指でつついたり持って感触を楽しみ「冷たいね!」とお話していた。“豆腐を触ろう”では、豆腐を握ったりかき混ぜて「気持ちいいね!」「やわらかい!」と大喜びしていた。</p> <p>感触がとても気に入ったようで時間いっぱい夢中で触っていた。</p>		
評価・ 今後の 課題	<p>身近な食材に触れることができる良い機会だった。子ども達も積極的に食材に触れ、匂いや手触りを楽しんでいた。こんにゃくはただ触るだけでなく、型抜きを取り入れ、形の変化などを見ることでより興味を持って活動に取り組むことができた。</p>	備考	



施設名	社会福祉法人 誠心会 あおぞら保育園	電話	0488578841
住所	さいたま市中央区上落合 8-11-20		

事例 27	タイトル	手作りパン作り	
目指す姿 (大きな目標)	自分で作ったパンを味わう。調理の楽しさや作ることの喜びを知る。		
当日のねらい (小さな目標)	正しい手の洗い方を知り、清潔な手で調理に臨む。		
方法	対象者 (○で囲む)	0歳児・1歳児・2歳児・3歳児・4歳児 (5歳児) 保護者・その他( )	
	実施者 (○で囲む)	幼稚園教諭 (保育士) (栄養士) 調理師・調理員・その他( )	
	日時	令和2年6月22日(月) 9:30~11:30	
	場所	5歳児保育室	
	資料・教材	・パン生地・麺棒・スケッパー・鉄板・みりん(照り用)・はけ	
実施内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・デモンストレーションで粉から生地になるまでを見学する。</li> <li>・子どもに1人80g生地を配り、好きな形に成形する。</li> <li>・給食室で焼き、保育室に持っていく。</li> <li>・自分のパンの発表会を行い、給食で食べる。</li> </ul>		
結果・参加者の反応や様子	<ul style="list-style-type: none"> <li>・子どもたちは前日から楽しみにしていた。</li> <li>・4歳児の時はピザ作りを経験している為、その時の事を思い出し、材料や生地の感触を比較しながら楽しむことが出来た。</li> <li>・「ドライイーストは生きていて、温かいところが好き」と伝えると、捏ねる際にパン生地を机に叩きつける姿を見て、「ドライイースト痛くないかな?」と心配している姿があった。</li> <li>・実際に生地に触れると、感触や香りを確かめながら、自分の好きな形を作っていた。</li> <li>・焼き上がったパンの発表会では、自分の作ったパンを、みんなの前で発表をし、聞いた子どもは「すごーい」と拍手を送っていた。</li> <li>・給食で食べると、「おいしい!またやりたいな」と会話を楽しみながら自分の作ったパンを味わっていた。</li> </ul>		
評価・今後の課題	<ul style="list-style-type: none"> <li>・手の洗い方を再確認し、綺麗な手で調理に臨むことが出来た。</li> <li>・自分の作ったパンを自分で食べる事が出来、調理の楽しさや、喜びを感じる事が出来た。</li> <li>・パンの材料や、材料の性質を知ることが出来た。</li> <li>・今回、スケッパーや麺棒を各テーブルに用意したことにより、作れるのもの幅が広がった。</li> <li>・今後も子どもの発想を生かせるようなクッキング保育を行っていく。</li> </ul>	備考	

# クッキング保育(手作りパン作り)



## 《パンの発表会》



施設名	与野本町駅前保育所	電話	048-840-1151
住所	埼玉県さいたま市中央区鈴谷9丁目5-18		

事例 28	タイトル	自分好みの、おいしいトマトジュースを作ろう！！	
目指す姿 (大きな目標)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・凜々子(トマト)を育てていく中で、成長の過程に興味を持ち、収穫を楽しむ。</li> <li>・自分たちで育てた凜々子の美味しさに気付き、「食」への興味・関心を高める。</li> </ul>		
当日のねらい (小さな目標)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・凜々子の美味しい調理法を考え、好みの味付けをして美味しさを感じる。</li> </ul>		
方法	対象者 (○で囲む)	0歳児・1歳児・2歳児・3歳児・4歳児・5歳児・保護者・その他( )	
	実施者 (○で囲む)	幼稚園教諭・保育士・栄養士・調理師・調理員・その他( )	
	日時	令和2年8月3日(月)	
	場所	3～5歳児クラス	
	資料・教材	凜々子(トマト)、砂糖、水、フードプロセッサー	
	実施内容	<p>「KAGOME りりこわくわくプログラム」に参加し、凜々子を48株植え、育ててきた。全部で300個の凜々子が収穫でき、その凜々子を使って、どんな料理を食いたいかを3～5歳児で話し合った。これまでの給食のメニューや家で食べたことのある料理、本に載っていた料理の中から沢山のリクエストが出てきた。(タコライスやトマトスープ、ピザ、サラダなど)</p> <p>実際に昼食やおやつでリクエストの料理を提供する中で、トマトジュースを子ども達の目の前で栄養士が作り、砂糖で自分の好みで味付けをすることにした。</p>	
結果・参加者の反応や様子	<p>凜々子を育てる過程では、5歳児を中心に「凜々子ノート」を作成し、実の数や色等を観察、記録して、成長を見守ってきた。ノートを作ることで、子ども達が凜々子の成長に敏感に気付くことができた。成熟した実が増えてくると、皆ではさみを持ち出し、何個収穫したのか数を記録してから調理室へ運び、自分たちで育てた野菜を収穫する喜びを感じている姿がみられた。また、収穫した凜々子を使ってこんな料理が食いたいなど、リクエストの声も多く上がり、自分たちで育てた野菜を食べるのを楽しみにしている姿も見られた。自分たちがリクエストした料理が昼食やおやつで登場すると、「僕がリクエストしたやつだ！」と喜んでいる姿が見られた。</p> <p>トマトジュースを実際に目の前で作り、甘さを自分たちで調整すると、実際に作る楽しさを少し感じることができ、トマトが苦手な子も1口挑戦することができた。その喜びから、新たな別の料理をリクエストする姿も見られ、食に対する新たな意欲へと繋がっているようだった。</p>		
評価・今後の課題	自分たちで育てた野菜を収穫し、メニューを考え、実際に味つけを行うことで、「育てる喜び」や「収穫する喜び」、「食べる喜び」を感じることが出来た。また、その喜びから、日頃の給食でもリクエストや、作り方を知りたいという声が増えていった。今後も感染症対策で食育やクッキングに制限があるなかで、子ども達の気付きや声を大切に、工夫しながら叶えていきたい。	備考	