

施設名	彩の調保育園南浦和	電話	048-767-8116
住所	埼玉県さいたま市南区南浦和 3-15-10		

事例 61	タイトル	夏野菜を栽培してみよう！	
目指す姿 (大きな目標)	食材には旬があるということを知り、自ら育てたことにより得られる達成感などを学ぶ		
当日のねらい (小さな目標)	旬という言葉を知る。 野菜ができる過程を知る。		
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4年6月2日(木)(事前学習)・6月7日(火)(苗植え)・8月1日(月)(収穫)	
	場所	保育室/中庭	
	資料・教材	季節ごとの旬の野菜カード(事前学習) プランター、土、肥料、ブルーシート、苗(トマト・きゅうり)	
	実施内容	<ul style="list-style-type: none"> ・野菜カードと四季が書かれているシートを用いて、野菜ごとの旬を学んだ ・子供たち自身で育てる野菜を選択して決定した ・プランターに土と肥料を入れるところから自分たちの手でいった ・毎日当番制で水をあげた ・トマトが赤くなり収穫時期を迎えたので、みんなで収穫して描画をした ・最後に苗や土の片付けを行った 	
結果・参加者の反応や様子	夏野菜を栽培するという事前学習を行い、旬について学ぶところから始まった。特にスイカなどの果物の旬を知っている子どもが多かった。野菜カードを四季が書かれているシートのどこに置くかはグループごとに行ったが、家庭でよく出る時期などをそれぞれ発言したり相談したりしながら行うことが出来た。旬を学び夏野菜についても理解が深まったところで育てる野菜を選んでもらったが好きだからこの野菜がいいという声やあまり好きじゃないから嫌だなどたくさんの方が聞こえたが、最終的にはトマトときゅうりの2種類を選ぶことが出来た。毎日当番制で水をあげてトマトが赤くなったことを報告してくれた子もいた。収穫したトマトは描画を行い、トマトときゅうりの収穫が終わった後にはこの土と肥料から栄養がいつ実が出来たことに感謝をしながら苗と土の片付けをみんなでいった。		
評価・今後の課題	<p>トマトは実が出来たが、きゅうりは暑さなどが原因で花は咲いても実はできなかった。次回きゅうりを育てる際には直射日光を避けられるような場所にする事に注意しながら行ってきたい。</p> <p>また、今回はトマトもきゅうりも2つの苗をプランターで栽培したため収穫できた数が少なかったため、今後はたくさん収穫できるように工夫していききたい。</p>	備考	<p>今年の夏野菜栽培ではきゅうりが収穫できなかったため今回の反省点を次回活かせるようにしたい。また、次回からは植えてから収穫できるまでにもみんなで観察してスケッチをすることや絵日記のようなものを取り入れていくなどもっと関心を高められるような工夫をしていきたい。</p>

写真①



写真②



写真③



施設名	さつき保育園	電話	048-838-7774
住所	さいたま市南区沼影2-9-8		

事例 62	タイトル	【4, 5歳児お弁当プロジェクト】 —園児が考えた栄養バランスの良い献立でお弁当バイキングの実施—	
	目指す姿 (大きな目標)	食材がもつ栄養のはたらきについて知り自分たちで献立を考えてみよう	
	当日のねらい (小さな目標)	さまざまな食材について、からだにどんな栄養の働きがあるかを知る。また、その食材を組み合わせるとバランスの良いお弁当献立を考える。	
方法	対象者 (O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 (O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4年9月14日、10月20日	
	場所	4・5歳児教室、テラス	
	資料・教材	ホワイトボード、食材写真のマグネット、お弁当箱(3～5歳児持参)、フードパック、おかずカップ、各自取り皿、トング、箸、レジャーシート	
	実施内容	9月14日：4, 5歳児に3つの栄養の働きをレクチャーし、食材写真マグネットを使ってそれぞれの食材がどの働きにあてはまるかをゲーム形式で行い理解を深めた。その後、それぞれの栄養のグループから食材をピックアップし、10月のお弁当バイキングの献立を4, 5歳児で意見を出し合って決めていった。また、メニューの参考となるよう事前に保護者の協力で「我が家のお弁当おかず」をアンケート回答して頂き、園児に紹介した。 10月20日：園児による献立を調理、当日は職員含め全員でお弁当献立を喫食した。3～5歳児は持参したお弁当箱に自分で詰め、園のテラスにて喫食した。	
	結果・参加者の反応や様子	【園児のようす】食材を栄養素ごとに分類する場面では非常によく出来ており、「〇〇を食べるのは△△を強くするからだよ」との発言もあり知識としてしっかりと入っていた。献立決めの際には活発に意見を出し合っていた。サラダにきゅうりを入れようという時「〇〇君はきゅうりが嫌いなんだけど・・・」「大丈夫、食べられるから！」とのやり取りがありお互いを気遣う様子が見られた。お弁当に詰める場面では、自分たちが考えたメニューが出てきた！と嬉しそうな様子で、おにぎりは自分で握って詰めていた。2歳児クラスでは自分でスプーンを使い、フードパックにおかずを詰めることが出来ていた。0, 1歳児は食べ慣れないメニューということもあり刻み食で提供したが食べるのに少し時間を要した。	
	評価・今後の課題	当保育園で進めている「子どもの主体性を伸ばす保育」に食育の場面でも実践できればとの思いから、年長児に「自ら選択する」「皆で話し合って決める」ことをやってもらった。当日の調理行程が多かったものの工程表に従って役割分担し遅滞なく提供できた。 課題としては「唐揚げ」「タコウイナー」といったポピュラーなメニュー名は挙がったが今後は知っている料理名を増やすべく、楽しく食経験を積んでいってほしい。	【当日の献立】 《黄色グループ》 おにぎり2種(おかか・鮭と海苔) 《赤グループ》 ① 唐揚げ②タコさんウイナー 《緑グループ》 ① コーンバター ② ブロッコリとプチトマトときゅうりのサラダ ③ きのこと大根、玉ねぎのスープ 《デザート》 ミニカップゼリー



施設名	社会福祉法人豊響会 みらい保育園	電話	048-873-3363
住所	さいたま市緑区大間木 2-25-26		

事例 64	タイトル	夏野菜を食べ比べてみよう！	
	目指す姿 (大きな目標)	夏野菜を知り、味の変化を実感する。	
	当日のねらい (小さな目標)	同じ食材でも調理法を変えると「味」「匂い」「食感」がどう変わるのか変化を感じ、食材に親しむ力を養う。	
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4年7月21日(木)	
	場所	各教室	
	資料・教材	絵本「やさいのがっこう」、ピーマン(蒸したもの、焼いたもの)、お皿	
	実施内容	<準備> 給食室でピーマンを切り、蒸したものと焼いたもの2種類を用意する。 <各クラス> ① 絵本「やさいのがっこう」を読む。 ② お皿を配り、2種類のピーマンをのせる。観察し、実食する。 ③ 違いについて感想を出し合う。	
結果・参加者の反応や様子		・全体的に、焼いたピーマンの方が香りが強く、「いい匂い」「おいしそう匂い」を感じられた。 ・給食のピーマンは苦手と言い、残す子が多いが、どちらも「おいしい」「もっと食べたい」と言う子が多くおかわりをする子もいた。苦手な食材でも意欲をもち食べることを楽しんでた。 ・どのクラスでも両方「苦い」と感じる子もいて、一口しか食べられない子もいた。 ・触った感想はまちまちだが「フワフワ」「つるつる」「ふにゃふにゃ」など様々な意見がでた。	
評価・今後の課題		苦手な野菜も、その食材だけで食べてみると食べられたり、調理法によって食べることができたりと、今回の食育を通し、食材の変化や味を感じることが出来た。 今後もピーマンだけでなく、他の野菜でも試してみたい。そして、苦手な食材が少しでも減っていくようお願いしている。	備考



【コラム】さいたま市食育なび ①


「さいたま市食育なび」は、食育に関する総合的な情報の提供や、会員相互の情報交換を目的として開設されたサイトです。

食育の基礎知識、食の安全・食中毒、地産地消、学校や保育園の給食レシピなど、食育に役立つ情報を発信しています。レシピ検索では、条件を設定して検索することができます。

<http://www.saitamacity-shokuiku.jp/>



施設名	くまの子俱樂部三室保育園	電話	TEL 048-678-7272 FAX 048-678-7273
住所	〒336-0011 さいたま市緑区三室498-1	〒336-0011	さいたま市緑区三室498-1

事例 65	タイトル	「きのこのこのこ」
目指す姿 (大きな目標)	食への興味をもち、好む嫌むせず、楽しく食事として完食を目指す	
当日のねらい (小さな目標)	秋の収穫の「きのこ」の香りと感触を体験する	
対象者 (○で囲む)	①歳児 ②歳児 ③歳児・3歳児・4歳児・5歳児・保護者・その他()	
	実施者 (○で囲む)	
日時	令和4年 11月16日(水)	
場所	くまの子俱樂部三室保育園 室内にて	
方法	資料・教材	・絵本「いろいろきのこ」 ・きのこ各種、トレ、手拭いタオル(手拭い後のレップタオル)
	実施内容	管理栄養士の絵本を読み導入してから 各テーブルに3種類のきのこをトレにのせて配る 保育士と各テーブルのきのこを触って、ちぎったり、切ったりする。
結果・参加者の反応や様子	<ul style="list-style-type: none"> 毎月の食育は園児と保護者も一緒に楽しんでいる季節に合わせて12回の食育を実施している。 今日は「きのこ体験」も歌に合わせてやっていたので実際にきのこに触れてみた。 	
評価・今後の課題	<ul style="list-style-type: none"> 毎月「食育実施報告書」と玄米に貼り、保護者に見てもらっている お昼時間帯に毎日の活動を紹介している。食育時は写真も撮って紹介している。 	<p>備考</p> <p>錦織 敦子 </p>

食育実施報告書

令和4年11月16日

タイトル	「きのこ のこのこ」
作成者	内田 茜
実施クラス	ひよこ りす きりん
時間の長さ	10:10~10:40
概要	いろいろなキノコを知り、ほぐしながら感触を味わう。キノコうどんとして食す。
目的	きのこの香りと感触を体験する。
準備するもの	キノコ各種(舞茸・えのき・シメジ)・トレ
手順	絵本の読み聞かせ→歌を歌う→実物を見て、名前を知る。 →それぞれのキノコに触ったり、臭いをかいだりする。→順にキノコをほぐしていく。



「いろいろきのこ」
作：山岡 ひかる
くもん出版



施設名	社会福祉法人大地会 保育園大きなぞうさん	電話	048-753-9883
住所	さいたまし緑区美園 6-7-18		

事例 66	タイトル	とうもろこしの皮むき
	目指す姿 (大きな目標)	・食への興味、関心を深め食材に興味を持ちみんなで作業する楽しさを感じる。 ・食べる事、喜びを感じる。
	当日のねらい (小さな目標)	・野菜の観察(色・形・香・構造)
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4年7月26日
	場所	3歳児・4歳児・5歳児(各教室)
	資料・教材	とうもろこし・とうもろこしの写真・新聞紙・ゴミ袋
	実施内容	とうもろこしの写真を見せながらとうもろこしについて説明。(苗の長さについて)机に新聞紙を敷き、一人に一本ずつ用意をする。 1人一本皮むきをして、最後は豆が沢山なっているとうもろこしを見て観察。
結果・参加者の反応や様子	<p>3歳児 とうもろこしがどのようになっているのかの話を聞いて保育者よりも高いところにあると聞きとても驚いていた。皮むきを始めるとほとんどの子どもが自分の手で、力を取り組むことができ、黄色の実が見えると声をあげて喜んでた。食べる際には匂いを嗅ぎ早く食べたい、いい匂いだね。と自分たちで剥いたとうもろこし、という特別感を持ちながら味わっていた。</p> <p>4歳児 とうもろこしの豆の数とひげの数が同じという豆知識は知らなかったので面白かった。子どもたちはとうもろこしを見て、からすや帽子に例えていたことも面白かった。皮を剥く時と、食べる時で匂いを嗅いで甘いといった感想もあった。皆喜びながら取り組むことができた。</p> <p>5歳児 とうもろこしの匂いを嗅いで土の匂いがする、草野匂いなどそれぞれの感想を言い合い楽しみながら取り組んでいた。皮を剥く時固いから剥けなさそうと言っていた子どもたちも保育者と一緒に剥き、自分で調理に参加している意識をもち自信をもって取り組むことが出来た。</p>	
評価・今後の課題	備考	本や絵を見て食材に興味を持つことも大切だが、実際に見て自分で触れて何かをする事が子どもたちにとって一番興味が湧くことであり楽しいのかなと今回の体験で感じた。また機会があれば同じような体験ができたら良いと思う。ひげの数と実の数が同じという事はまだ理解できていないようだったので、保育の中で話をしていこうと思った。貴重な体験なので今後も続けて欲しい。



【コラム】さいたま市食育ナビ ②

この事例集のデータは、「さいたま市食育ナビ」で閲覧・ダウンロードできます。

「食育の基礎知識」をご覧ください。添付資料や写真もカラーで掲載しています。

食育ナビ 毎日の大切な食生活、食の安全などを含めた食育に関する総合的な情報を提供するポータルサイトです。

食育に役立つ情報や、レシピなど、5つのジャンルに分けて紹介します!

食中毒事件や食品の自主回収など、食の安全に関して特に注意が必要な情報を掲載しています!

季節ごとの食に関する話題や、食育に役立つお知らせをタイムリーに掲載しています!

市からのお知らせやイベントの案内など、今一番のおすすめ情報がいち早くチェックできます!

登録している団体の活動報告等を写真、イラスト入りで紹介しています!

<http://www.saitamacity-shokuiku.jp/>



施設名	社会福祉法人美桜里会 チャイルドルーム	電話	0488754130
住所	さいたま市緑区大間木 2-13-5		

事例 67	タイトル	野菜スタンプでピザ作り	
目指す姿 (大きな目標)	野菜に興味を持つ		
当日のねらい (小さな目標)	様々な野菜に触れ、感触を楽しんだりする		
方法	対象者 (○で囲む)	①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4年10月3日～5日	
	場所	各クラス保育室	
資料・教材	ピーマン、オクラ(幼児組が育てたもの)、小松菜、キャベツ、ブロッコリー 絵の具		
	実施内容	野菜の断面をみる。 ピザにみたくて画用紙の台紙に野菜スタンプを押す。	
結果・参加者の反応や様子	<p>画用紙で具の乗ってないピザのシートを作成しておき、その上に野菜のスタンプを押してピザを完成させた。最初にスタンプになる野菜を見せて、乳児組さんにはなんの野菜かな？と話をした。3才児クラスの子どもたちは自分たちの育てた野菜だったため切り方による違いも見てもらった。絵の具をつける前に触ったり、匂いを嗅いでみたりとたくさん野菜に触れることができた。完成したシートは廊下に掲示してみんなに見てもらった。</p> <p>今年度は園で育てた野菜が前半はなかなか収穫できず、後半になってからたくさんとれたが運動会練習などでなかなか収穫ができなかった。残っていた野菜を最後まで有意義に使用することができてよかったと思う。また直接野菜に触れる食育は改めて楽しいものだと感じることができた。</p>		
評価・今後の課題	<ul style="list-style-type: none"> 各クラスでそれぞれ1枚のピザを作ったためもっと押したかった！という子がたくさんいた。次回はもう少し大きなシートを。 どの野菜でどのような形のスタンプになるかの掲示を一緒にするとなおよかった。 スタンプしてそのまま画用紙に伸ばしてしまう子や、同じ場所に何度も押ししてしまう子が多かったので最初に押し方をレクチャーすべきだった。 		備考



施設名	東武保育園	電話	048-798-5632
住所	埼玉県さいたま市岩槻区大字飯塚 624		

事例 68	タイトル	八十八の手間。お米の育ち	
目指す姿 (大きな目標)	米の育ちから食べるまでを通して、食へのありがたみや感謝の気持ちを育む。		
当日のねらい (小さな目標)	・自分たちで育てた野菜を調理し、新しく知る野菜への興味を湧くようにする。		
方法	対象者 (〇で囲む)	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 (〇で囲む)	幼稚園教諭・ 保育士 ・ 栄養士 ・ 調理師 ・調理員・その他()	
	日時	令和4年5月10日～令和4年10月28日	
	場所	東武保育園 らいおん組	
	資料・教材	田植えを行うための苗、バケツ、プランター、絵本、映像、具材(おおかか・ゆかり)、薬、装飾	
実施内容	<p>・5月の初めにお米の成り立ちについて調理師から絵本やイラストを使い学ぶ。・5月10日に実際に田植えを行い、大変さや難しさを体験する。また、保育園でも畑の土や圃場の砂などを使いプランターやバケツで稲の栽培を始める。・給食時に玄米を試食。・稲刈りは雨天だったため映像を使い、実際に稲刈りをしているところを学ぶ。・9月下旬にプランターで育てた稲を収穫。・調理師が子どもたちに手作業での脱穀のやり方を見せ、昔のやり方を知る。・収穫して残った薬でほうき製作をして無駄使いをしないことを知る。・最後におにぎりを自分たちで作る。食のありがたみを知る。</p>		
結果・参加者の反応や様子	<p>田植えの前に栄養士から米の育ちについて絵本やイラストを使い話をもらったことで「白い米の前は茶色」と、玄米を色で覚える様子が見られた。実際に白米と玄米を触り比べてみたり、匂いを嗅いでみたりした。「玄米の方が臭い」「匂いが強い」などの反応があった。5月10日の田植え体験では、田んぼに入ると動きづらくなることや苗が田んぼに上手に立たないことなど、田植えが難しいことを子どもたちが身をもって体験することができた。保育園内でもバケツやプランターを使い田植えを行った。「色々な土でやってみよう」と言う子どもたちの声から、畑の土、圃場用、圃場の砂などで田植えを行うことにした。戸外遊びに行くたびに「大きくなっている」「オタマジャクシがいる」など様々な発見をしていた。9月の中旬、プランターの稲刈りを行った。畑の土で育てた苗は少しお米が育ったが他は枯れてしまった。実ったお米を触ってみると「こっちは柔らかいけど、こっちは硬い」「硬い方にお米が入っているのかな」と触って確かめていた。調理師がボールやすり鉢を使用した脱穀を見学すると「皮がむけた」「お米が出てきた」と興味深々な様子があった。子どもたちも「やってみよう」とやり方を教えてもらい脱穀を体験して「自分たちにもできた」と嬉しそうにしていた。協力してもらった農家さんから薬を貰い、ハロウィンの装飾としてミニほうきを製作した。製作を楽しむと同時に「稲からこんなものも作れるんだね。」と関心している様子があった。薬の取扱いが難しく、苦戦しながらも、作り方を教えてもらいながら楽しく取り組むことが出来た。製作後は装飾としてだけでなく、掃除に使ったりする姿も見られた。最後は「おにぎりパーティー」でお米を自分たちで握りおにぎりを食べた。栄養士が給食で使用する出汁を取った鰹節を再利用しておかかを作り、具材として使った。ゆかりも用意しおにぎりを作った。ハートのおにぎりや丸いおにぎりなど好きな形のおにぎりを子どもたちそれぞれが作っていた。自分で作ったおにぎりを食べてみると「すごくおいしい」「おにぎりにこんなにおいしんだ」と自分で作るおにぎりのおいしさをかみしめている様子だった。給食の時間になると「これは関本さんが作ったお米だね」と言い感謝し喜んで給食を食べている。</p>		
評価・今後の課題	<p>食材の成り立ちを知ることで、食に興味を持ち「苦手なものにも挑戦してみよう」「綺麗に食べよう」という気持ちに子ども自身もなっている様子でした。田植えやおにぎりを作るという経験がありませんので、このような機会にたくさん経験できて良かったと思う。散歩などの園外へ頻りに行き、苗や米の成長を観察できると学びを深める事ができたのではないかと思います。米だけではなく様々な野菜なども育てることができるとさらに食への興味を持てるのではないかと思います。様々な物を栽培することに挑戦していきたい。</p>		

お米の育ちについて



田植え体験



脱穀体験



バケツでも田植え



ミニほうき製作



おにぎりパーティー



施設名	社会福祉法人為成会 東武第二保育園	電話	048-798-4450
住所	さいたま市岩槻区府内 2-27-48		

事例 69	タイトル	バランスゴマを元気に回そう	
目指す姿 (大きな目標)	バランスよく食べることの大切さを知る		
当日のねらい (小さな目標)	食べたものをバランスゴマに当てはめてみよう!		
方法	対象者 (O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 (O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4年 10月 19日～	
	場所	東武第二保育園	
実施内容	資料・教材	バランスゴマ 手作り食材カード	
	実施内容	<ul style="list-style-type: none"> ・食育集会では、5歳児のお当番が朝食や夕食内容を思い出し、食材カードを当てはめ、バランスのとれた食事にするためには、あと何が必要かをみんなで考えてみた。 ・調理した料理が、主食・主菜・副菜のどこに入るか当てはめた。 ・調理師に当日の給食に使われる野菜の切り方、調理方法について一緒に考えた。 ・食育カルタ等遊びの中で、料理名や調理方法を学んでいる。 ・全部食べても、運動しないとコマが回らないことを知る。 	
結果・参加者の反応や様子	<p>5歳児は昨年度から、実際に給食で使われている食材を使って4色分けに取り組んでおり、今では4歳児に教えるまでになった。食への興味関心も高まり、バランスゴマに挑戦する事にした。導入として行った食材の4色分けは、4歳児も積極的に手を挙げ答えていたが、本題であるバランスゴマに対しては、料理に使われている食材がどこに分類されるのか疑問の声や質問が上がった。また、カレーライスや麻婆豆腐など主菜と副菜に入ること気づく。給食の時間になると子どもたちから、「牛乳飲んでなかった!」「おやつで飲めば大丈夫だよ」「果物食べてないから、お母さん、ご飯の後にりんご出して」など、家でもバランスゴマについて、話題が出るようになってきた。</p> <p>調理方法を教えて貰った時は、配膳された料理を見ながら、野菜を探し「短冊切りこれだね」「しらすきは、何色になるのかな」と会話楽しく給食を食べていた。子どもたちからカルタをしようと声があがり、料理名も覚えてきた。</p>		
評価・今後の課題	<ul style="list-style-type: none"> ・日々の4色分けの定着、調理方法の理解が高まり、バランスゴマにつなげることができた。 ・給食時に、5歳児はバランスゴマ、4歳児は食材を確認しながら4色分けに取り組んでいる。 ・毎月19日には、食育活動をし、地域の特産品(くわいやヨーロッパ野菜など)を美味しく食べている。今後も旬な食材や地産品を取り入れ食事の楽しさを伝えていく。 ・4色分けやバランスゴマについて、園全体で理解し、共有できるように取り組んでいきたいと思う。 	備考	

昨年度から毎日している4色分け。5歳児クラスの子もたちはとても上手に分ける事が出来ている為、4歳児クラスへバトンを渡しました。今年は「バランスゴマ」を知り、みんなで日々のメニューを思い出しは、食材カードを当てはめ、どんな献立がバランス良いのか学んでいます。

4色分けを教えるよ!!



使う材料を確認中!



給食前にメニュー材料を4色分け



食育のうた♪



この歌を覚えると4色分けが自然と出来るようになりました!

バランスゴマに挑戦!




コマは回るかな??

主食・副菜・主菜・果物・牛乳、(乳製品)の5項目に分ける事を子どもたちは献立を思い出しながら挑戦しています。バランスのとれた食事の為には何が必要かみんなで考えてみました。

また、給食の先生から、食材の切り方や調理方法を教えてもらい調味料等についても色々知る事が出来ました。





カップ寿司づくり

施設名	おひさま保育園岩槻	電話	048-797-8807
住所	さいたま市岩槻区西町 2-5-12		

事例 70	タイトル	セタカップ寿司づくり
目指す姿 (大きな目標)	季節の行事を通し、自分で作る楽しさを知り食への興味関心を育てる	
当日のねらい (小さな目標)	野菜やハムの型をとり、自由に飾り付けをしてカップ寿司づくりを楽しむ	
方法	対象者 (O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 (O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4年7月22日(金)
	場所	2階保育室
資料・教材	材料:ごはん、ハム、チーズ、きゅうり、鮭フレーク、刻みのり 器具:プラカップ、ラップ、スプーン、ボール、しゃもじ、型抜き	
	実施内容	① 手洗いを済ませ、4人1グループに別れて着席する。 ② 各テーブルに材料を配る。 ③ ご飯を盛り付け、チーズ、ハムを型抜きし、好きな具材を自由にトッピングする。 ④ 完成したカップ寿司を給食で食べる。 ※子供の前で実際に作りながら見本を見せる。
結果・参加者の反応や様子	年長クラスでは様々な型抜きにとっても喜んでいて、鮭、きゅうり、のりのトッピングがあり、嬉しそうに作っていた。また、セタの概念にとらわれずに思い思いのカップ寿司を作ることが出来ていた。年中クラスでは「自分で作る」という経験が出来て、とても喜んでいて、苦手なきゅうりも自分で作ることで、いつもよりスムーズに食べることが出来ていた。苦手なものを克服するという点においては、良い経験になったと思う。 年少クラスではエプロン、三角巾を身に付けることがとても嬉しそうであった。自分で型抜きをする、好きな物をカップに詰める作業をとっても楽しそうに行っていた。	
評価・今後の課題	初めての「カップ寿司作り」に挑戦した。ハムとチーズの型抜きを行ったが、ハムが薄く型抜きが難しいようであった。次回は厚めのハムを使用する事で改善を図りたいと思う。 全体を通し、子供たちは「カップ寿司作り」を楽しそうに取り組んでおり、特に年長クラスは完成度が高かったように感じた。また、ごはんの量も大盛にする子が多く成長を感じる活動になった。	備考

1. 材料をテーブルにセッティング!!



2. 見本をみせてイメージを膨らませます



3. ハムやチーズを型抜きし、自由にトッピング♪



4. おいしそうなおカップ寿司の完成!!

