

施設名	こびとの森保育園	電話	048(861)7368
住所	さいたま市南区白幡 3-4-17		

事例 51	タイトル	梅ジャムづくり	
目指す姿 (大きな目標)	・身近な食材を知る。・食に関心をもつ。		
当日の狙い (小さな目標)	・梅シロップ作りで漬けた梅でジャム作りを楽しむ。		
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	2019年8月6日(火) 14:20~15:10	
	場所	こびとの森保育園 年長児保育室	
	資料・教材	・包丁・まな板・鍋・カセットコンロ・量り・ゴムべら ・砂糖・水・梅・食パン	
実施内容	① 職員が包丁で果肉を削ぐ。 ② 鍋に水、砂糖、果肉を入れ、火にかける。 ③ ゴムべらで煮詰める。 ④ 食パンに塗って食べる。		
結果・参加者の反応や様子	<p>7月1日に子どもたちが梅のへたを取り、瓶に砂糖で漬けて、梅シロップを作った。翌日からは毎日瓶を揺すったり、回したりして、梅と砂糖をかき混ぜた。梅から染み出した水分で砂糖が溶けてくると、「昨日はサラサラしていたのに砂糖が溶けてきている。」「梅がしわしわになってきている。」と気付いたことを口々に話した。全ての砂糖が溶けた1ヶ月後、完成したシロップから漬けていた梅を取りだしジャム作りを行った。</p> <p>保育者が包丁を使って身を削いでいく様子をじっと見つめ、果肉部分がどれだけ集まるのか期待の眼差しで観察していた。集めた果肉と砂糖、水を鍋に入れ火にかけた。保育者と交代で、慎重にゴムべらを使って煮詰めていく。「なんだか甘酸っぱい、いい匂いがしてきた」と手で仰いで匂いを嗅ぎ、完成を心待ちにしている様子であった。</p> <p>出来上がったジャムはパンに乗せ、梅シロップを水で薄めて作ったジュースと共におやつで食べた。「甘酸っぱくておいしい」「すっぱい」など感想を友だちや保育者と話しながら美味しくいただいた。</p>		
評価・今後の課題	・梅の実を見たことはあっても、実際に自分たちでへたを取ることや調理したことのある児はいなかった。どのようにしてジャムやシロップになっていくのかを知ると共に、旬の梅の実の匂いや、感触、味を感じることができた。 ・活動の始めに「梅の実ってどうやってできるのだろう？」などと話をすることで、梅の成り立ちや、梅の花、種類など、より関心が深まり、さらに楽しい活動になったと感じた。	備考	





## 【コラム】 早寝・早起き・朝ごはん ④

朝ごはんを手軽に楽しみましょう。まずは、なにか一口食べることから！

### <作る>

◎前日に作る、前日の夕食を多めに作る。一人分に盛りつけておく。

→ 朝は出すだけ、温めるだけ

(例) 具たくさんのみそ汁やスープ、ゆで野菜、蒸し野菜、炊き込みご飯 など

◎時間のあるときに作り、冷凍しておく。

→ 朝は電子レンジで温めるだけ

(例) おにぎり（魚や肉、青菜などの具をたっぷり混ぜる） など

### <買う>

◎前日に買っておく → 家で食べる

◎当日の朝に買う → お店のイートインスペース、学校や職場で食べる

(例) サンドイッチ、おにぎり、納豆巻き、サラダ、バナナ、ヨーグルト、牛乳、野菜ジュース など

### <外食>

◎早朝営業の飲食店を利用する

(例) 卵料理やサラダ付きのモーニングセット、朝定食 など

家族や仲間といっしょの朝ごはんは、コミュニケーションの場にもなります。

施設名	向こころ保育園	電話	048-875-1860
住所	南区大谷口 5436-3		

事例 52	タイトル	サラダを作ってみよう	
目指す姿 (大きな目標)	野菜に直接触れて、サラダがどのようにして作られるかを知る。		
当日のねらい (小さな目標)	食材に直接触れ、手触りや匂いなどを観察することで、食に興味を持つ。		
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・ <u>保育士</u> ・ <u>栄養士</u> ・調理師・調理員・その他( )	
	日時	2019年7月26日(金)10:00～	
	場所	5歳児保育室	
	資料・教材	食材:レタス・胡瓜・人参・収穫したとうもろこし・ミニトマト・ツナ・コーン・ドレッシング ザル・お盆・皿・トンガ・スプーン・茶碗	
	実施内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>野菜をちぎったり折ったりして、自分の食べやすい大きさにしてサラダを作る。</li> <li>昼食時に、サラダの材料をバイキング形式で、食べる。</li> </ul>	
結果・参加者の反応や様子	<p>2回目のクッキングで、身支度はスムーズに終わった様子だった。</p> <p>胡瓜や人参の生のものを触って固さなどを確かめながら、興味をもって野菜に触れていた。</p> <p>レタスをキャベツと間違えている子が多かった。</p> <p>ちぎり方や折り方は人それぞれだったが、人参の固さに苦戦している子もいた。</p> <p>バイキングでは、それぞれ好きに盛り付けて楽しんでた。</p> <p>普段野菜が苦手な子も、自分で作ったものということでおいしそうに食べていた。</p> <p>収穫した野菜を追加できたので、野菜の種類も増えて豪華なバイキングになり子どもたちも喜んでた。</p>		
評価・今後の課題	<p>畑で収穫した野菜もクッキングに使用することができたので、とてもよかった。</p> <p>自分たちで育てた野菜で料理を作ったということが達成感を感じさせ、さらに食べ比べることでおいしさも感じたようだった。</p> <p>今後も、収穫と関連付けたクッキングを組み込んでいけるようにしたい。</p>	備考	

施設名	武蔵浦和桑の実保育園	電話	048-838-9803
住所	さいたま市南区白幡5-11-7		

事例 53	タイトル	さつま芋洗いとスイートポテト作り	
目指す姿 (大きな目標)	(2歳)食材に触れ合うことにより、食への興味を育んでいく。 (4歳)季節の食材を使って秋を感じる。友達と一緒に調理することを楽しむ。		
当日のねらい (小さな目標)	・食材に触れ合い、実際に食べることで、食材に興味を持たせる。 ・調理し、お友だちと一緒に食べることの楽しさを感じる。		
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	令和元年9月18日	
	場所	保育室	
	資料・教材	水桶、鍋、マッシャー、クッキングシート	
	実施内容	2歳児が、テラスでさつま芋を洗う。 4歳児が、洗ったさつま芋は調理室で切って下茹でしておく。4歳児が茹でたさつま芋を潰し、牛乳、バター、砂糖を混ぜて形をつくる。調理室に持っていき焼く。おやつ時間にみんなで食べる。	
結果・参加者の反応や様子	<p>2歳児は洗う前にさつま芋の匂いを嗅いでみたりした。水桶にさつま芋を入れてゴシゴシすると「おいもさんきれいになってきた」と声が上がった。簡単な作業だが、2歳児は食材に興味を持つ姿が見受けられた。「またお手伝いしたい！」と普段の会話に出るようになった。</p> <p>4歳児は茹でたさつま芋を潰す時、2人1組での作業だった。マッシャーを取り扱わない子も、しっかりと鍋を押さえていた。マッシャーの使い方も上手だった。</p> <p>牛乳、バター、砂糖を入れ混ぜ、生地を作り、自分の好きな形に成形した。</p> <p>最終的に加熱するが、感染症が流行する時期なので、自分の食べるもののみ作った(作った後は自分の名前を書いたクッキングシートに置くようにした。4歳児以外のおやつは調理室で作った。)</p> <p>おやつを食べる時は、2歳児は自分たちが洗ったさつま芋が出てくるのでワクワクしていた。</p> <p>4歳児も、自分で作ったおやつなので「美味しい！」という子が多かった。</p> <p>その日に行った調理保育の様子は、ポスターにしてその日中に玄関の給食サンプル棚横に掲示し、お迎えの際に保護者に見てもらっている。帰り際「今日はこれをやったんだよ」「どうだった？うまくてきた？」といったような親子の会話のやり取りがある。</p>		
評価・今後の課題	2クラスが連携して、調理保育を行うことができたので、一体感が出て良かった。 当園は在園児が45名と少ないので、何クラスかが一緒になって行う食育を、今後も企画していきたい。	備 考	特に2歳児は、ピーマンのわた取りや、きのこちぎりなども行い、色々な食材に触れる食育を行っているが、最近は給食の時間にクラスに栄養士が行くと「ねえ、これはどうやって作ったの？」と調理方法を尋ねてくるが多くなった。食事に、より一層興味を持つようになった。



どんな匂いがするかな？



ゴシゴシしたらきれいになってきたー！

ジャジャーン！きれいになっちゃった！



スイートポテトとってもおいしい！



つぶすのも、おさえるのも力がいらいます



好きな形のスイートポテトを作ろう☆



自分達で作ったスイートポテトは  
とっても美味しかった！！



施設名	ゆめの樹保育園	電話	048-839-8888
住所	埼玉県さいたま市南区鹿手袋 4-17-22		

事例 54	タイトル	幼児さんの収穫したさつま芋でスイートポテトクッキング！！	
目指す姿 (大きな目標)	<ul style="list-style-type: none"> <li>・自分たちで収穫したさつま芋を使ってクッキングすることで食への興味関心を深める。</li> <li>・食材の旬について何かを知ってもらう。</li> </ul>		
当日のねらい (小さな目標)	収穫・調理・食事の一連の流れを知ってもらう。		
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	2019年11月14日(木)	
	場所	幼児保育室	
	資料・教材	服装 : エプロン・三角巾・マスク 材料 : さつま芋・砂糖・バター・卵・牛乳 器具 : ボウル・すりこぎ棒・トレー・ラップ・アルコール	
実施内容	[給食室] さつま芋の下処理、材料の軽量。 [幼児クラス] 1. エプロン・マスク・三角巾の着用をし、手をアルコール消毒する。 2. 作り方の説明をし、順番に棒を使ってさつま芋をつぶしていく。 3. 生地を配り、テーブルごとに成形をする。 ※ 2歳児も潰す工程のみ参加。		
結果・参加者の反応や様子	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 自分たちで収穫したさつま芋を食べられるということで喜んでいました。</li> <li>● クッキングでは、子供たちが積極的にクッキングに取り組んでいた。</li> <li>● 食材をアレルギー対応のないものに限定し、アレルギー児も楽しく行えるように考慮した。</li> <li>● 年齢がバラバラになるように席を配置することで、全体の進行に差が出ないようにできていた。</li> <li>● 2サイクルメニューの為、同じおやつが出た際に、子どもたちの話題に上がった。</li> <li>● 子どもたちが楽しめるように紙媒体やクイズを事前に行い、導入を図った。</li> </ul>		
評価・今後の課題	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 自分たちで収穫したものを、クッキングし、おやつとして食べたことで、食への興味関心を深めることができたのではないかと考えられる。</li> <li>● 乳児が中心となった食育についても取り入れていきたい。</li> </ul>	備考	

## 行事の記録

行事名	担当者	園長確認印
幼児組 うさぎ組 スイートポテト作り		
日時	場所	
令和1年11月14日(木) 9時50分～10時45分	うさぎクラス & 幼児クラス	
ねらい・目的	用意するもの	
自分たちで収穫したさつまいもを使ってスイートポテトを作る。実際に収穫、調理し食べることで、食への興味・関心を高める。また、クッキングを行うことで、食べ物大切さを知ってもらう。	ラップ ボウル大・小(7個) 棒(7本) ホテルパン(薄4-5枚) クッキングシート(ホテルパンに敷いておく) エプロン 三角巾 マスク アルコール	
事前準備	当日準備	
<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 幼児組との打ち合わせ</li> <li>◆ テーブルにラップを敷く</li> <li>◆ 器具,食材の準備</li> <li>◆ エプロン・三角巾・マスクの用意</li> <li>◆ 食材の下処理及び計量</li> </ul>	◆ テーブルのセッティング (アレルギー別) テーブル数：うさぎ 幼児 10台 説明用 1台 ◆ 食材をテーブルごとに分ける	
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: auto;"> <p style="text-align: center; font-size: small;">(クッキング時使用料)</p> <p style="text-align: center; font-size: x-small;">さつまいも 3200g (廃棄率外)</p> <p style="text-align: center; font-size: x-small;">油 160g</p> <p style="text-align: center; font-size: x-small;">砂糖 350g</p> <p style="text-align: center; font-size: x-small;">豆乳 300g</p> </div>		
当日の流れ		
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. エプロン・三角巾・マスクを着用し手をアルコールで除菌。ラップをしたテーブルに座る。</li> <li>2. 器具を各テーブルに置き、作り方を説明する。</li> <li>3. ボウルに入ったさつまいもを棒で潰す。(棒で潰す1人, ボウルを押さえる1人 1人20回)  <span style="background-color: #e0e0e0; padding: 2px;">※ うさぎ組は別途先に潰す作業のみクラスで行う。続きは幼児に依頼する。</span> </li> <li>4. テーブル内で回して交代し、終わったら次の台へ渡す。</li> <li>5. 次のテーブルで砂糖・豆乳・油を加えて棒で潰す。(大きなものが残っている場合は先生が潰す)</li> <li>6. つぶし終わったら、1人ずつ配る。(1つのボウルで11-12人分 うさぎの分含む)</li> <li>7. 成型しホテルパンの上に並べる。名前も近くを書く。</li> <li>8. 児組：後片付け、器具などの返却。</li> <li>9. 給食室で加熱後、おやつとして提供。</li> </ol>		
<p>【アレルギー児】</p> <p style="color: red; font-size: small;">アレルギー完全対応のため、特別な対応はなし。</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 10px; width: fit-content; margin: auto;"> <p style="text-align: center; font-size: x-small;">説明用</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px; margin: 2px;"></div> <div style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px; margin: 2px;"></div> <div style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px; margin: 2px;"></div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center; margin-top: 5px;"> <div style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px; margin: 2px;"></div> <div style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px; margin: 2px;"></div> <div style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px; margin: 2px;"></div> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center; margin-top: 5px;"> <div style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px; margin: 2px;"></div> <div style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px; margin: 2px;"></div> <div style="border: 1px solid black; width: 20px; height: 15px; margin: 2px;"></div> </div> </div>	
反省・感想・今後の課題		
<p>うさぎ組、幼児組にて時間差でのクッキングを行った。うさぎ組でのクッキングを9:50頃に開始した。3テーブルで行い、テーブル内で順番に潰す役と器を支える役に分かれて行った。また、潰すだけでなく、蒸したさつまいもを少しだけ食べてみて、素材の味を知ることができていた。幼児で最初の説明が終わるまでに代表の子に持ってきてもらい、幼児組で続きを行った。反省点：事前の打ち合わせが直近になってしまったことから、落ち着いて進行することができなかった。(事前のラップ忘れや、成形の説明をするタイミングなど)次回は余裕をもって打合せをし、慌てることのないようにクッキングに取り組むたいと感じた。</p>		

施設名	学研ココファンナーサリー武蔵浦和保育園	電話	0488723201
住所	埼玉県さいたま市南区別府 6-19-8		

事例 55	タイトル	焼きそばづくり	
目指す姿 (大きな目標)	友達と協力しながら、作業を進める 食事バランス三角形を使い食べ物の働きをしる		
当日のねらい (小さな目標)	包丁を正しく使う 普段食べているメニューがどのように作られているか知る		
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	2019年8月19日(月)	
	場所	ひかり組 保育室	
	資料・教材	食事バランス三角形、食材のイラスト	
	実施内容	<ol style="list-style-type: none"> <li>① 1週間前に味付け・使用する野菜などを相談して決めておき前日に切り方を決める</li> <li>② 夏野菜の種類の説明</li> <li>③ クッキングの説明</li> <li>④ 各テーブルで野菜をちぎる、型抜きをする、包丁で切る</li> <li>⑤ ホットプレートで野菜と麺を炒める</li> <li>⑥ 野菜の栄養について話す</li> </ol>	
結果・参加者の反応や様子	<p>前もって味付けや使用する野菜を決めたので、期待を膨らませながら当日を迎えることができました。野菜をちぎったり、切ったりしているときは五感を働かせていたので冷たい・葉っぱのにおいがする・ザラザラしているなど感想が聞けた。</p> <p>包丁で切るときは緊張している園児も多かったので手に力が入る子が多く一人ひとり丁寧に補助をつけ切り方を教えてあげると上手に切ることができていて最終的には補助なしでも切ることができていた。達成感がでてきたのか、切り終わった後は笑顔が見られました。</p> <p>また、友達が包丁を切っているときにアドバイスや危ない場面など教えてあげている園児が多くみられたので、興味・関心が高まっていたのだと感じました。</p> <p>また、目の前のホットプレートで炒めているときは音やにおいがするたびに友達と楽しそうに会話をしている姿が見られクッキングが楽しいと感じていたようです。</p>		
評価・今後の課題	<p>年長は考える力をつけるため、一人ひとり意見交換ができるようにしていきたい</p> <p>また、食事バランス三角形を使用した栄養の食育は幼児でもわかるようにイラストなど使用して理解しやすくしていきたい。</p> <p>また、一回の食育だけでなく定期的に給食の時間に食べを見に行き行って身近なことにしていきたい。</p>	備考	 

施設名	太陽の子 大谷口保育園	電話	048-712-0600
住所	南区大谷口 2319-1		

事例 56	タイトル	珍しい野菜に触れてみよう！	
目指す姿 (大きな目標)	野菜について興味を持ち、好奇心と知識を身につける		
当日のねらい (小さな目標)	野菜に触れる 野菜について考えてみる		
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	2019年 第1回 6月25日、第2回 9月9日	
	場所	1歳児クラス、玄関	
	資料・教材	第1回 パパイヤ、日本地図 第2回 ナス(6種類)、はてなボックス、貼り紙(ナスの名前、特徴が分かるもの)	
実施内容	<p>〈パパイヤ〉①農家さんから珍しい野菜が来たことを伝え、玄関に飾る。 ②青パパイヤの『中身は何色?』のクイズを保護者と一緒に考えてもらい正解だと思っ色にシールを貼る。 ③その後、全園児を集めパパイヤの説明と解体ショーをし、中身が白色と知る。 ④その日の給食で食べる。</p> <p>〈ナス〉①はてなボックスに入ったナスを引いてもらい、色や形、名前などを貼り紙と見比べて楽しむ。 ②3日後ナスを使った料理に使用し、食べる。</p>		
結果・参加者の反応や様子	<ul style="list-style-type: none"> <li>・クイズや解体ショー、はてなボックスは、どの学年でも色や形、模様の違いなど、楽しめる様にしたので反応してくれる子が多かった。</li> <li>・実施期間(3日間)6種類のナス全てボックスに入れず、1日2つずつボックスに入かえた。それにより玄関に『今日のナスはなんだろう』と見に来てくれる姿があった。</li> <li>・保護者参加型にしたことにより親子で一緒に考えたり、栄養士もその中に入って野菜について話をするのが出来たので良かった。</li> </ul>		
評価・今後の課題	<ul style="list-style-type: none"> <li>・今年度初めての試みだったので、来年度も継続していけるようにしたい。</li> <li>・身近な食材や季節の野菜でもできると思うので、期間は決めずに行えるといい。</li> </ul>	備考	

## 青パイヤのクイズ



## 解体ショー



## ナス



## ハテナボックス



施設名	ゆめの樹第二保育園	電話	048-711-1414
住所	埼玉県さいたま市南区鹿手袋 4-17-30		

事例 57	タイトル	餃子ピザ作り	
目指す姿 (大きな目標)	自分たちでおやつを調理し、作ったものを味わう喜びを知る。		
当日のねらい (小さな目標)	クッキングを通して、作る過程やどんな材料が使われているのか、包丁の使い方を知り、食への興味関心を高める。		
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	2019年6月14日(金)	
	場所	2歳児の保育室	
	資料・教材	餃子の皮/ケチャップ/ピーマン/なす/ソーセージ/コーン/チーズ/トレー/包丁/まな板/ホットプレート/フライ返し/クッキングシート/小皿/スプーン	
実施内容	<p>①4、5歳児:包丁の使い方を教え、職員がついて実践。(なす/ピーマン/ソーセージ)</p> <p>②3~5歳児:餃子の皮にケチャップを塗り、トッピング(なす/ピーマン/ソーセージ/コーン/チーズ)をする。</p> <p>ホットプレートで焼き、フライ返しを使ってお皿に盛り付ける。</p>		
結果・参加者の反応や様子	<p>4.5歳児は包丁を使いピザの具を切った。4歳児は、食育で初めて包丁を使ったが、職員と一緒に行うと上手に切ることができた。5歳児は、一人で切れる園児が多かった。</p> <p>また、包丁を持たない手は猫の手を意識して切ることができていた。</p> <p>トッピングでは、なす担当やチーズ担当に分かれて作業しているチームや一人一人で作業しているチームがあった。</p> <p>ホットプレートで焼く際も、順番を守って行うことができていた。蓋をして蒸し焼きにし完成品を見せると“チーズが溶けている。いい匂い。美味しそう。”と喜んでいる様子だった。</p>		
評価・今後の課題	<p>実際に材料を切るところから焼くところまでの工程を見せたり、実践させることで一連の流れを知ったり、形や匂いなどの変化にも気づくことができた。自分たちで作ったおやつは、大人気でおかわりもあつという間になくなった。</p> <p>今後は、苦手な野菜なども取り入れ克服できるような食育活動を行っていきたい。</p>	備考	

施設名	あおば保育園	電話	048-863-9997
住所	さいたま市南区沼影1-11-2 スカイ&ガーデンA棟1F		

事例 58	タイトル	夏野菜クッキング	
目指す姿 (大きな目標)	夏の野菜を知る		
当日のねらい (小さな目標)	夏の野菜を使って、楽しく料理して食べよう		
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> ・ <u>保護者</u> ・その他( )	
	実施者 (○で囲む)	幼稚園教諭 <u>保育士</u> <u>栄養士</u> ・調理師・調理員・その他( )	
	日時	2019年8月10日(土)	
	場所	以上児 保育室	
	資料・教材	<ul style="list-style-type: none"> <li>・野菜(なす、モロヘイヤ、トマト、きゅうり、とうもろこし(コーン缶))</li> <li>・餃子の皮、豚ひき肉、調味料</li> <li>・ホットプレート3台</li> </ul>	
実施内容	<ol style="list-style-type: none"> <li>① 夏の野菜は何か？クイズ</li> <li>② 夏野菜を使って餃子(なす、モロヘイヤ)、サラダ(トマト、きゅうり、コーン缶)作り</li> <li>③ 作ったものを食べる</li> </ol>		
結果・参加者の反応や様子	<ul style="list-style-type: none"> <li>・親子食育に向けて、給食の時間にその日の給食に入っている夏の野菜を子どもたちに何度か伝え、そのことを覚えていたので、みんなスムーズに答えることができた。少し答えが不安そうな子どもにも、ヒントを与えると自信をもって答えることができた。</li> <li>・野菜を刻む工程では、保護者に補助をお願いしたので、けがをすることもなく安全にできた。</li> <li>・茹でたモロヘイヤを刻むほど、粘りが出るというのは、子どもたちにとって初めての体験で、楽しそうに刻んでいた。</li> <li>・自分で楽しく作ることができて、いつもよりたくさん食べていた。</li> <li>・参加した保護者からは、普段餃子作りには使わない具を使用したので新鮮さがあって、くせもなくおいしく食べられたとの声を頂いた。</li> </ul>		
評価・今後の課題	<ul style="list-style-type: none"> <li>・野菜を切る、具を包むなど個人でやる工程では作業時間にバラつきがあり、待つ時間が長い子もいたので、大まかな時間配分を伝え、時間にメリハリをつけた方がよかった。</li> <li>・今回は、調理時間を多くとってしまったため、夏の野菜の種類のみを伝えるだけになってしまったが、食べるとこんなにいいことがあるよ、ということをお話することで、苦手な野菜でも興味をもてるきっかけになったかもしれない。</li> </ul>	備考	

施設名	社会福祉法人 三樹会 ゆめの駅保育園	電話	048-711-2245
住所	さいたま市南区鹿手袋3-15-2		

事例 59	タイトル	五目おにぎりを作ろう(午後おやつ)	
目指す姿 (大きな目標)	衛生面に気をつけながら、自分のおにぎりを作る。		
当日のねらい (小さな目標)	グループになっておにぎりを作る。		
方 法	対象者 (○で囲む)	0歳児・1歳児・2歳児・ <u>3歳児</u> ・ <u>4歳児</u> ・ <u>5歳児</u> ・保護者・その他( )	
	実施者 (○で囲む)	幼稚園教諭・ <u>保育士</u> ・ <u>栄養士</u> ・調理師・調理員・その他( )	
	日時	2019年10月29日(火)	
	場所	幼児保育室	
	資料・教材	食育向けの絵本	
実施内容	身支度を整える (エプロン マスク 三角巾 手洗い) お椀にラップをして五目おこわにうずらの卵をのせて包む 巾着にすぼめてからやさしく握る		
結果・参加者の反応や様子	もち米とうるち米の混合炊きで粘りが程よく出て、握りやすかった みんな集中しておにぎり作りを楽しめた おうちの人に食べさせたいとか、普段おかわりをしない子も興味を持ち、おかわりをしたりしていた		
評価・今後の課題	年度末までに全員自分でエプロンをつけられるようにしたい 家庭でも実践しやすいことをやっていきたい 食べ物にまつわるお話もしていきたい	備考	

施設名	松木保育園
住所	さいたま市緑区

事例 60	タイトル	とうもろこし 収穫, 皮むきして 食す	
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)	収穫し、味わって食べる		
方 法	対象者 (○で囲む)	0歳児・1歳児・2歳児・3歳児・ <u>4歳児</u> ・ <u>5歳児</u> ・保護者・その他( )	
	実施者 (○で囲む)	幼稚園教諭・ <u>保育士</u> ・ <u>栄養士</u> ・調理師・ <u>調理員</u> ・その他( )	
	日時	2019年 8月 8日	
	場所	保育室 と 駐車場内の畑	
	資料・教材		
実施内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・5月中旬 苗を畑に植える (毎日水やりする)</li> <li>↓</li> <li>・8月8日 収穫 部屋に新聞紙を敷き、少しづつ全員で皮をむく。 厨房で下ゆでしてもらい、午後おやつでホットプレートで焼いて食べた。</li> </ul>		
結果・参加者の反応や様子	<ul style="list-style-type: none"> <li>・結果... 友達と協力し、楽しんで収穫する姿が見られた。皮むきしながら、とうもろこしの姿を学んでいた。甘味のあるおいしいとうもろこしを食べることが出来た。</li> <li>苦手な子も小さいものを食べる事が出来た。</li> </ul>		
評価・今後の課題	自分達で水をあげたり、畑の草むしりをしたりすることで育てた事と喜び、家庭などで買ったものを食べるより、美味しさを感じている様子だった。	備考	

施設名	めだか保育園	電話	048-795-8011
住所	さいたま市緑区大間木 3-10-10		

事例 61	タイトル	秋の収穫祭	
目指す姿 (大きな目標)	保育園の畑や田んぼで獲れた野菜やお米の収穫をみんなで喜び合い、子ども達と一緒に美味しいものを作り食べる。		
当日のねらい (小さな目標)	年長児を中心に自分たちで調理をすることで、より食べることに親しみを感じる。何よりも自分たちで美味しいものを作って、お腹いっぱい食べる。		
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	2019年11月12日	
	場所	めだか保育園	
	資料・教材	特になし	
	実施内容	<p>保育園の畑や田んぼで獲れた野菜やお米の収穫をみんなで喜びあう。</p> <p>年長児を中心に野菜の皮むきやカットをし、豚汁を作る。また旬の秋鮭を子ども達の前で栄養士さんにさばいてもらい、鉄板で鮭のちゃんちゃん焼きを作る。幼児組は、ホールで会食をする。</p>	
結果・参加者の反応や様子	<p>自分たちが育て収穫した野菜を実際に自分たちの手で調理をすることで、出来上がりまでの時間を期待を膨らませながら待つ姿があった。</p> <p>またとても大きな秋鮭を目の前でさばいてもらい、子ども達はもちろん、大人たちも興味をもって見ていた。</p> <p>とても美味しく出来上がり、どの子も本当によく食べていた。子どもも大人も“食べること”の楽しさ、嬉しさ、ありがたさを感じたのではないかなと思う。</p>		
評価・今後の課題	<p>子ども達みんなが、食べるのが大好きになる大きなきっかけになったのではないかなと思う。</p> <p>日々の献立もできるだけ旬のものを使って、美味しく提供していけたらと思う。また子どもたち、職員を巻き込んでのこのような行事は大切に、これからもやっていきたいと思っている。</p>	備考	<p>鮭のちゃんちゃん焼きは、丸々一尾を使ったので、包丁でさばくところは“かわいそう”という声も聞かれた。私たち人間は日々たくさんの命をいただいて生活しているということが、すこしでも子ども達に伝わっていければと思う。</p>

施設名	あいう園 美園 浦和美園 駅前保育園	電話	048-878-7733
住所	さいたま市緑区美園 5-51-2		

事例 62	タイトル	さんま祭り	
目指す姿 (大きな目標)	火をおこす体験を通し、大人の声掛けや雰囲気から安全を意識して行動する。 魚の骨を自分で取り、食べる。		
当日のねらい (小さな目標)	旬の食材を味わう。		
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	2019年 11月 14日 (木)	
	場所	園庭	
	資料・教材	バーベキューコンロ、かまど、薪・炭、消火器 さんま さつまいも (あらかじめ蒸してアロエオイルで包んでおく)	
実施内容	① コンロ、かまどに火をつけ、子ども達はうちわであおいで火おこしを手伝う。 ② コンロの火が落ちついたら、さつまいもを入れ、焼き芋にして食べる。 かまどでけんちんうどんの汁を作る。 ③ コンロに網をおき、さんまを焼いて、順に提供する。さんまを待っている間にけんちんうどんを食べる。		
結果・参加者の反応や様子	焼き芋はOクラスから提供した。いつもと違う雰囲気ではあったが、皆、美味しそうに食べていた。 幼児クラスは積極的に火おこしを手伝っている子が多かったが、全く興味のない子は園庭で遊んでいた。焼き芋を食べるまでは「ヤカだ、子ども達も、さんまが提供されると急に静かになり、真剣な表情で骨を取り、食べていた。多分最初は初めてのさんまだったから、周りの友達を見たり、声を掛け合ったりしながら、自分達で上手に食べることにできていた。		
評価・今後の課題	子どもの動線がし、かり決まっていたので安全に行えた。子ども達自身も意識していたように思う。 自分で骨を取り、食べたことがないという子も、周りを見ながら自分で食べることにできていた。その姿を保護者に伝え、子どもへの関わり方を見直しもらえるよう働きかけていきたい。		
	備考		

施設名	けやきの森保育園芝原園	電話	048-810-5505
住所	さいたま市緑区芝原 1-12-2		

事例 63	タイトル	さかなはかせになろう！	
目指す姿 (大きな目標)	魚には骨があることを知る。生き物の命について学ぶ。		
当日のねらい (小さな目標)	魚について知ってもらい、魚を食べることを好きになってもらう。		
方 法	対象者 (○で囲む)	0歳児・1歳児・ <u>2歳児</u> ・ <u>3歳児</u> ・ <u>4歳児</u> ・ <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> ・ <u>調理師</u> ・調理員・その他( )	
	日時	令和元年6月26日	
	場所	保育室	
	資料・教材	カツオ解体くん、紙芝居	
実施内容	さかなが給食に出るまでの紙芝居を読み、「食べる＝生き物の命をいただいている」ことを知る。また、「カツオ解体くん」という布製の魚の模型を使い、おさかな解体ショーをし、魚には骨があることを知ってもらう。		
結果・参加者の反応や様子	紙芝居では魚が海からどうやって来たのか知ってもらうことができた。カツオ解体くんでは、頭を切ったりお腹を切ったりし、お魚の体について分かりやすく伝えることができた。普段給食で出る魚は骨がとってあり、魚に骨があることを知らない子が多かったので、魚に骨があることを知ってもらうよい機会になった。お魚クイズではみんな元気よく答え、楽しく魚のことを勉強できた。		
評価・今後の課題	給食で出る魚は骨がとってあるとはいえ、時々小骨が入っていることがあり、どうしたらいいのか課題になっていた。そこで給食室で注意して骨を取るだけでなく、本来魚には骨があるということを知ってもらい、園児自身も気を付けて食べてもらうことも大切なのではないかと思い、今回このような食育を実施した。今後も定期的に行っていきたい。	備考	

施設名	あひ保育園	電話	048-767-3839
住所	さいたま市緑区道祖土 3-13-3		

事例 64	タイトル	野菜の成長する姿を見てみよう	
目指す姿 (大きな目標)	野菜の世話をしながらか成長の仕方や他の野菜との違いに気付く		
当日のねらい (小さな目標)	収穫する事の嬉しさを感じる / 苦手な野菜も食べてみようとする		
方法	対象者 (○で囲む)	0歳児・1歳児・2歳児・3歳児・4歳児・(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	2019年5月～12月	
	場所	プラネタリウム	
	資料・教材	トマト、オクラ、ピーマン	
実施内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>○2人ごしの苗を育てる</li> <li>○成長する姿を楽しみながら水やりを行う</li> <li>○葉の大きさや葉の形等の違いに気付く</li> <li>○収穫した物を給食室で調理し、食べる</li> </ul>		
結果・参加者の反応や様子	<p>初めの頃は日照不足で種類ともほぼほぼ成長する姿が見られず、      "今日は実が出来たね" "大きくなったね" と水やりをしながらか心配している姿があった。夏には葉や花が      沢山の出来に時は、土がぬれているかと細めに見に行く姿がある。葉の形の違いに気付いたり、茎の太さ      や枝の多さなどに気付いた事を友達と教え合っている。よい観察にはまりました。やがて実が少し      づつ大きくなっていき収穫を待たせながら、収穫する時には、"出来た" "見て" と感動を感じながら嬉し      がる。給食時にはこれ野菜を出してもらいました。普段、苦手な物を減らしている子も、"少くも食べてみる"      "小さいものを食べる" と一口食べようとしています。自分達で育てた野菜を"美味い" "もって食べた" という      声も多く聞かれました。</p>		
評価・今後の課題	<p>登園時に自分の育てているプランターを親に見せ          ている子がいたり、進んで水やりをする等育てる喜び、          育つ楽しさを感ずるお経験にたりました。          野菜が苦手な子も少し食べてみようとする姿があり、          多くの影響を受けたと思います。</p>	備考	

施設名	社会福祉法人 済聖会 ブライト保育園浦和美園	電話	048-812-0190
住所	さいたま市緑区下野田 509		

事例 65	タイトル	リースパンを作ってみよう！	
目指す姿 (大きな目標)	パン作りを通して、友だちと美味しく食べながらクリスマスを楽しむ		
当日のねらい (小さな目標)	調理器具や食材に触れながら、パン作りを学ぶ		
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・ <u>保育士</u> ・ <u>栄養士</u> ・調理師・調理員・その他( )	
	日時	2019年 12月19日(木)	
	場所	5歳児クラス	
	資料・教材	ボウル、クッキングシート、計量カップ、秤 薄力粉、強力粉、豆乳、砂糖、塩、ベーキングパウダー	
実施内容	豆乳の計量を行い、材料を混ぜ合わせる。 3本の細長い棒状の生地を作り“みつあみ”にする。 リース状になるように左右を繋ぎ合わせる。 名前の書かれたクッキングシートに自分で作った生地を置き、給食室で焼く。		
結果・参加者の反応や様子	<ul style="list-style-type: none"> <li>・“みつあみ”の練習を事前に遊びの中で取り入れていた為、上手にリースを作っていた。</li> <li>・混ぜる作業の他にも、子ども達自身で計量を行ったことで、より興味を持って取り組むことができた。</li> <li>・“みつあみ”が苦手な子に教えてあげる様子も見られ、協力して作り上げることができた。</li> </ul>		
評価・今後の課題	短時間で作れるようベーキングパウダーを使ったレシピだった為、出来上がりは固めになってしまった。今後はドライイーストを使って柔らかい仕上がりになるように工夫しても良いと思った。	備考	

施設名	24の保育園	電話	048-278-3363
住所	さいたま市緑区大間木 2-25-26		

事例 66	タイトル	三大栄養素について	
目指す姿 (大きな目標)	食べ物に、分類や働きがあたりと知り、食への関心が高まる		
当日のねらい (小さな目標)	絵本を見ながら、食べ物のお・黄・緑色の分類、栄養、働きを知る。		
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	2019年5月29日(水) 10:00～	
	場所	3歳児・4歳児保育室	
	資料・教材	・栄養素についての絵本拡大版(「たべものだいごき」) ・食材カード	
実施内容	絵本「たべものだいごき」から数ページを拡大コピーし、ホワイトボード(見出しながら三大栄養素について色分け(赤・黄・緑)に語り、赤・黄・緑のグループがありと、各色の働き、それぞれの代表的な食材などを説明。その後、食材カードを子供に渡し、3色に分けてホワイトボード(それぞれのカードがどこに属するかと自分で考え見当たらなかったら)。		
結果・参加者の反応や様子	絵本を引用し、イラストや食材に興味を持ち、二つらの話を真剣に聞いてくれる子供が多かった。 自分の知っている食材が出ると、嬉しそうに発言したり、クイズも質問の仕方など子供が参加できる形式にしたため、自分自身で考えることもできた。		
評価・今後の課題	その日の給食の時間に、「これは赤グループだね？」などと話題に引き延ばし興味を伸ばすことができた。 また、一度話した内容は繰り返し取り組むことが大切だと考える。 また、もっと食と体への関心を持つ機会を増やしていくよう、日々の給食の準備や食育活動など取り入れていきたい。		備考



施設名	くまの子倶楽部三室保育園本館	電話	048-875-6067
住所	埼玉県さいたま市緑区三室 496-1		

事例 67	タイトル	みんなの力を合わせて作ろう！！～カレー大会～	
目指す姿 (大きな目標)	食材に触れ、下処理や調理をすることで、食に対して興味を持ち、みんなで作り上げる達成感を感じる。		
当日のねらい (小さな目標)	0歳、1歳、2歳は食材に触れる。野菜の手触りや香りを感じる。 3, 4, 5歳は、野菜の型抜き、野菜いためで実践的な調理を体験する。		
方 法	対象者 (○で囲む)	0歳児・1歳児・2歳児・3歳児・4歳児・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	2019年9月27日	
	場所	保育園各クラス	
	資料・教材	・にんじん・じゃがいも・たまねぎ・カレールウ ・ボール・型抜き・深鍋・へら・おたま	
実施内容	0歳クラス・・・にんじんあらい 1歳クラス・・・じゃがいもあらい 2歳クラス・・・たまねぎの洗いと皮むき 幼児クラス・・・にんじん・じゃがいもの型抜き、野菜いため 5歳クラス・・・カレールーと溶かして煮込む		
結果・参加者の反応や様子	<ul style="list-style-type: none"> <li>・カレーライス之歌と、ペープサートを導入に使い、これから何をするのかを子どもたちにわかりやすく伝えられた。</li> <li>・年齢別の作業にしたので、それぞれの作業を意欲的に行えた。</li> </ul> <p>特に幼児クラスでの、お部屋の中で野菜を炒める・煮込むという実際の調理作業は、どの子どもも率先して参加していた。視覚に加えて聴覚・嗅覚でも食に対しての体験が出来た。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・自分たちで調理を行ったカレーは、『完食！』・『おかわり！！』と、いつも以上に食が進んでいた。</li> </ul>		
評価・今後の課題	<p>全年齢で行ったことで、園全体の団結力が強まった。幼児クラスの子たちは、小さい子たちも頑張ってくれていると感じたようで、真剣に取り組めた。</p> <p>今後も様々な体験を通して食生活を営む力を培うための環境づくりに注力していきたい。</p>	備考	



施設名	暹照浦和美園保育園	電話	048-812-2244
住所	さいたま市緑区美園3-10-16		

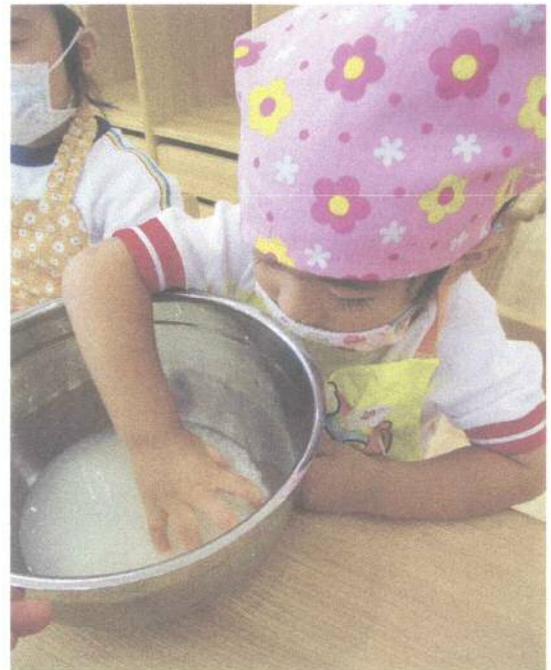
事例 68	タイトル	おにぎりを作ろう	
目指す姿 (大きな目標)	食べ物に興味を持ち、食べる事への関心を高める		
当日のねらい (小さな目標)	おにぎり作りを楽しみ、おいしく食べる 匂い、感触から米がご飯になる事を確認する		
方法	対象者 (○で囲む)	0歳児・1歳児・2歳児・ <u>3歳児</u> ・ <u>4歳児</u> ・ <u>5歳児</u> ・保護者・その他( )	
	実施者 (○で囲む)	幼稚園教諭・ <u>保育士</u> ・ <u>栄養士</u> ・調理師・調理員・その他( )	
	日時	2019年 9月18日(水)	
	場所	幼児保育室	
	資料・教材	米、塩、海苔、ラップ 資料(炊飯までの過程、稲、成長過程、写真)	
実施内容	<ol style="list-style-type: none"> <li>① 米からご飯になる調理過程の説明する</li> <li>② 米に触り、匂いは手触りや匂いかを感じる。順番に研ぐ</li> <li>③ 炊飯セットし、稲から精米した米になる過程を写真で説明する</li> <li>④ 炊けたご飯を釜ごと見てもらい、匂いや見た目の違いを言ってもらう</li> <li>⑤ 自由な形に握り、塩をふり海苔をまいてみんなで食べる</li> </ol>		
結果・参加者の反応や様子	<p>米を触ってみると、「つぶつぶ」、「ザラザラ」、「硬くて食べられない」などたくさん意言が出ました。研ぐ作業は家でお手伝いした事あるよとすぐに取りがかる事ができる子もいましたが、触りたがらない子もいました。他の子が行っている様子を見て、声かけをすると挑戦する事ができました。支度からみんな笑顔で行う事ができ、一人ずつ炊飯スイッチを押すのは特にとてもうれしそうでした。お米そのものの味を感じてもらう為、シンプルな塩味にしましたが、みんなおいしいと言って食べてくれました。</p>		
評価・今後の課題	<p>毎日何げなく食べているご飯だが、自分で調理し、食べる事でより興味を持つ事ができたと思う。 体験を通して食生活の大切さを知ることができるよう、様々な取り組みをしていきたい。</p>		備考



# クッキングの様子



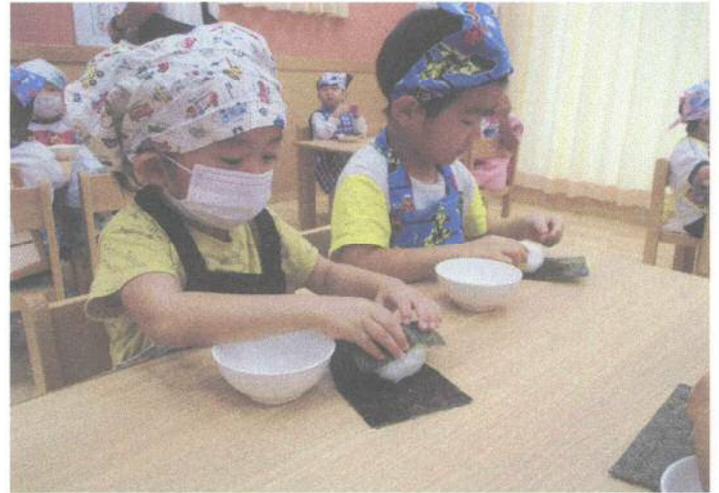
稲が育つ様子と、お米がご飯になる工程のお話を聞きました



ザラザラしてる



三角にしようかな



炊き立てご飯のいい匂い好きな形に握って海苔をまきます



上手にできたよ！



自分で作ると特別おいしい！みんなでおいしく食べられました