



施設名	さいたま市立植水保育園	電話	048(623)6698
住所	さいたま市西区佐知川306		

事例 1	タイトル	食育集会	
目指す姿 (大きな目標)	食育に興味を持ち、いろいろなものを食べて元気に過ごす		
当日のねらい (小さな目標)	ご飯を食べると元気になることをみんなで共有する		
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・ <u>保育士</u> ・栄養士・調理師・調理員・その他()	
	日時	2019年5月17日(金)	
	場所	ホール	
	資料・教材	劇の小道具(食べ物の玩具、お皿、お椀、箸、主食、副菜、主菜)	
実施内容	寸劇『食べる元気』 ダンス『1. 2. サラダ』 登場人物…保育者・子どもA・子どもB ストーリー…朝ごはんをしっかり食べて登園したAは元気いっぱい。食べなかったBは元気がなく、ゴロゴロしてぐったりしていた。給食の時間になっても元気が出ないBに対しAはもりもり食べていた。Aに刺激されBもりもり食べた。Bはすっかり元気になり、Aと共に遊び始める。		
結果・参加者の反応や様子	<p>子ども役のBが朝起きて「眠いよー。朝ごはんなんていらないよー。」と言って出てくると、子どもたちは笑って楽しそうに見ていた。</p> <p>給食の場面では、本当の食事を出して食べたことで、子どもたちから「いいにおい」「おいしそう」「食べたい」「おなかすいた」等の言葉がたくさん出ていた。</p> <p>子ども役のBがなかなか食べられずにいると自然と「がんばれ」「おいしいよ」「食べてごらん」等の声で励ます姿が見られた。</p> <p>掲示物を利用して保護者へも発信したことで、親子の会話にもつながった。</p>		
評価・今後の課題	<p>劇のやりとりや実際に保育者が食べることは子どもたちにわかりやすく、興味をかきたてることができた。</p> <p>その後の子ども達の姿から食事への興味を促すことができたように感じた。</p> <p>次回は1月を予定している。各クラスから、食育に関して取り上げたいテーマを出し、テーマに沿って集会の内容を決める。</p>	備考	

施設名	さいたま市立指扇保育園	電話	048-623-5065
住所	埼玉県さいたま市西区高木567-3		

事例 2	タイトル	育てた野菜、見てみよう！ 食べてみよう！	
目指す姿 (大きな目標)	みんなで育てた野菜を通して、食への関心を深める。		
当日のねらい (小さな目標)	<ul style="list-style-type: none"> ・収穫したスイカがどれくらい大きくなったか観察してみる。 ・収穫の喜びを知ると共に、みんなでおいしく食べる。 		
方 法	対象者 (○で囲む)	0歳児・1歳児・2歳児・3歳児・4歳児・ <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> ・栄養士・調理師・調理員・その他()	
	日時	2019年8月2日(金)	
	場所	園庭・5歳児保育室	
	資料・教材	スイカ・ハサミ・スケール・メジャー・包丁・まな板・バット・皿	
実施内容	5月に子どもたちが選んだ野菜の種蒔きや苗植えを行う。収穫まで興味関心が継続できるよう、当番活動で水やりや草むしりをしながら生長を見ていった。スイカの収穫の時期を迎え、子どもたちが見守る中ハサミでつるを切って収穫。部屋で重さを計ったり、直径を計ったりした。包丁をいれて中を確認し、おやつ時間に試食した。		
結果・参加者の反応や様子	スイカ以外にも、きゅうり・いんげん・かぼちゃ・トマトなど種や苗から育てた様々な野菜を5月から育てた。水やりをしながら生長の様子を見ていき、日に日に大きくなる野菜を見つけるたびに嬉しそうに報告してきてくれた。6月に初めてきゅうりといんげんが収穫できると、給食室で調理してもらい、試食。自分たちが育てた野菜を「おいしい！」と喜んで食べていた。色々な野菜が収穫できるにつれ、子どもたちの関心も深まり、子どもたちから「水やり行かなくちゃ！」と気づく姿も見られる様になった。スイカの収穫は前日より子どもたちに伝えたので当日は朝から楽しみにしており、保育士がつるにハサミを入れるところをじっと見守っていた。採れたスイカを囲んで、「触りたい！」「20キロくらい？」等子どもたちの様々な感想が聞かれた。包丁を入れると予想していた真っ赤なスイカではなく、黄色いスイカだったのでみんなびっくり！だった。その後切り分けてみんな1切れずつおやつ時間に一緒に食べた。とても甘くておいしいスイカでみんないい顔で食べていた。		
評価・今後の課題	<ul style="list-style-type: none"> ・一番楽しみにしていたスイカ。黄色で驚いたり「もっと食べたい！！」と言う声が聞かれたりととても喜んで様子が見られてよかった。プランターと地植えでスイカを育てたが、地植えの苗がダメになってしまい、子どもたちも残念がっていた。 ・水やりや収穫、野菜クイズなどをして身近に感じられるよう取り組みを工夫したが、こまめに雑草を抜いたり、収穫後の後片付けなども一緒にできるとよかった。 	備考	



初めての収穫



とうもろこし収穫

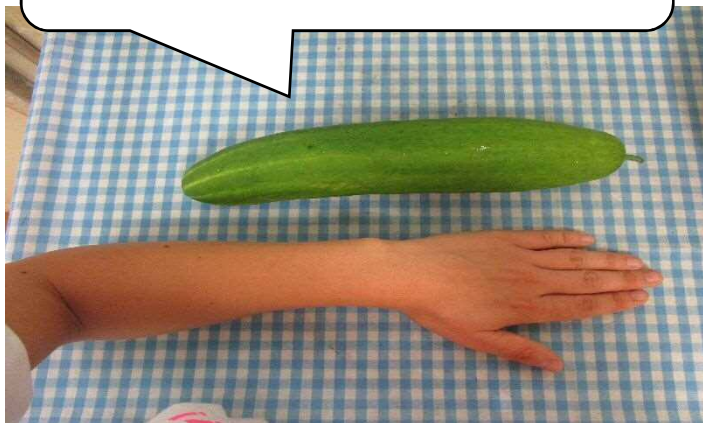


もぎたてのトマトのにおいをかいで
みました！
「ピーマンのにおいになってるよ！」

トマトの解体ショー！！



たくさん水やりをしたので、
こんなに大きいきゅうりが出来ました！



ハロウィンの
おばけかぼちゃをつくりました。

施設名	さいたま市立馬宮保育園	電話	048-623-4014
住所	さいたま市西区西遊馬 119		

事例 3	タイトル	大きなたけのこの皮をむいたよ！	
目指す姿 (大きな目標)	調理される前の食材を知ることで食への興味関心を高める		
当日のねらい (小さな目標)	たけのこに興味をもち、触れたり、皮を剥いたりする		
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	
	場所	保育室・園庭	
	資料・教材	たけのこ	
	実施内容	たけのこの皮むき 皮を皿代わりにしたおにぎりの実食	
結果・参加者の反応や様子	<p>大きなたけのこを目の前にし、「大きい」「これな～に？」とまずは大きさについて感想を述べ、持ってみることで重さを実感していた。保育士が皮を剥いてみると、「やりたい」という声があがり、保育士と一緒に皮を剥いたり、年長児は友だちと協力しながら剥いたりする姿があった。絵本などに登場する場面をイメージしてか、「おじいさんみたい」と感想を述べる子もいた。「何回剥いても終わらない」と皮の枚数の多さに気づいたり、「毛が生えている」と皮の表面について興味をもったり、それぞれに感想を口にしていった。乳児では皮を砂場に埋めてみたり、ままごとに使ってみたりする姿があった。</p> <p>実際に自分たちで剥いた皮を皿代わりにし、おにぎりを実食したことで、いつも以上に味わう姿や、絵本の世界に飛び込んだようで喜びながら食べる姿があった。</p>		
評価・今後の課題	<p>スーパーなどに売っている物とは大きさの違うたけのこに実際に触れ皮を剥く経験が出来たことで、新たな発見や気づきを子ども自ら見つけることができた。自然への興味関心も深まったと思われる。</p> <p>今後も機会があれば調理される前の食材に触れる経験をしたい。</p>	備考	



おおきいなあ!

めくれたよ!



よしよ!!



おいしい😊



これなんだろう?



皮がうまった!
おやまみたい



施設名	三橋西保育園	電話	048-623-1350
住所	さいたま市西区6-381-1		

事例 4	タイトル	どのくらい重いかな？	
目指す姿 (大きな目標)	食材に興味を持つことで、食べたい気持を育み、命を頂くことを知る。		
当日のねらい (小さな目標)	珍しい食材に触れ、身近にある玩具との重さを比べて、食べ物に関心を持つ。		
方 法	対象者 (○で囲む)	0歳児・1歳児・2歳児・3歳児・4歳児・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12月6日	
	場所	3歳児室	
	資料・教材	おやつで使用予定の冬瓜・計り	
	実施内容	<p>①給食室よりその日のおやつで調理予定の冬瓜1つを保育士が見せる。</p> <p>②割れないように子どもに抱えてもらう。</p> <p>③実感した重さが、どのくらいの重さなのかを計りで計る。</p> <p>④4キログラムに相当する玩具を集め計りにのせる。</p>	
結果・参加者の反応や様子	<p>【冬瓜】という聞きなれない野菜を目の当たりにし、「どのくらいの重さかな？」と一人の子どもに抱きかかえて重さを実感してもらおうと、「ぼくも・私も・・・」と次々と重さに興味を持っていた。</p> <p>「どのくらいの重さかな？」と実際に重さを計りの数字として確認した。</p> <p>「4キログラムだったね」「4キログラムはどのくらい重いのかな？」という保育士の言葉かけにより、子どもたちが思い思いの重たそうに見える玩具を持ちより計りにのせる。なかなか4キログラムにはならず、たくさんの玩具を積み上げた様子を見て、「4キログラムってこんなに重いね」「栄養がいっぱい詰まっているね」「みんなが大きくなる元が入っているね」などの言葉かけをした。また、子どもからも「食べると元気になるかなー」と食べ物を【いただく】ことへの気付きが見られた。</p>		
評価・今後の課題	<p>・おやつで小口切りされた冬瓜入りの蒸しパンをいただくが、日頃、食べ慣れないこともあり、食べたい気持ちにつながりにくかった。</p> <p>・園庭で子どもたちが育てた【なすやきゅうり】は水やりなどのお世話や育つ過程を見守る・収穫するという経験から、食べてみようとする姿があるので、子どもの興味と実際に食べたい気持への原動力となる方法を見つけて、食物に関心を持って、【おいしくいただく食事】につなげていきたい。</p>	備考	



「どのくらいの重さかなー。」と興味津々。「わー！4キログラムもある。」と冬瓜の重さを確認しました。

「4キログラムってどのくらいかなー？」と疑問に思った子どもたち。どんなものが同じ重さになるかな？と思いおもいに持ち寄りました。

なんと、玩具がこんなに高く積みあがりました。



細くなった冬瓜入りのケーキ。
ハート型・くま型など、楽しく
選べる工夫もしています。



【コラム】 バランスのよい食事 ①

主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を心がけましょう。

主食・主菜・副菜を組み合わせた食事ってどんな食事？

副菜

各種ビタミン、ミネラル
および食物繊維の供給源と
なる野菜、いも、豆類(大豆を
除く)、きのこ、海藻などを
主材料とする料理



主菜

たんぱく質の供給源となる肉、
魚、卵、大豆および大豆製品
などを主材料とする料理




主食

炭水化物の供給源である
ごはん、パン、めん、パスタ
などを主材料とする料理

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

食事を作ったり、選んだりするときに、主食、主菜、副菜を
組み合わせることを意識すると、栄養面をはじめ、
見た目にもバランスのよい食事になります

施設名	日進保育園	電話	663-2791
住所	北区 日進町 2丁目632		

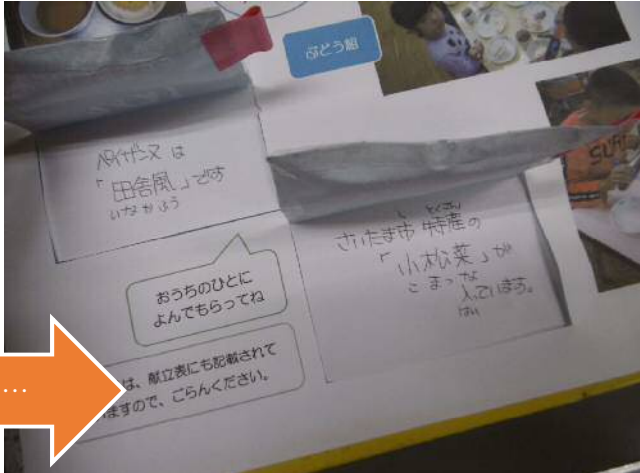
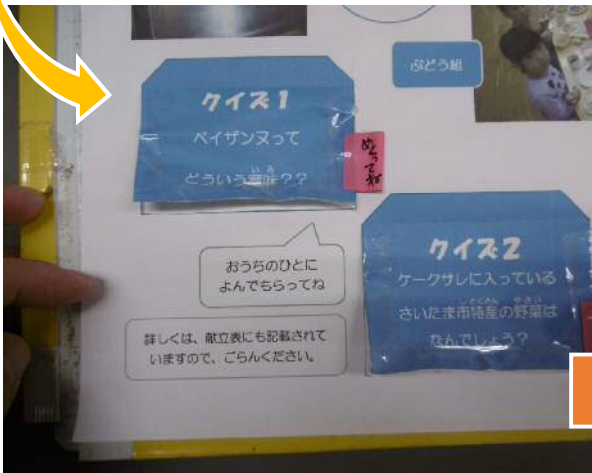
事例 5	タイトル	食育壁新聞「もぐもぐ」 No.1、No.2	
目指す姿 (大きな目標)	家庭と共に食育を		
当日のねらい (小さな目標)	・食育壁新聞を通じて園での食育活動と身近な食育情報を発信して共通理解を得る		
方 法	対象者 (○で囲む)	0歳児・1歳児・2歳児・3歳児・4歳児・5歳児・ <u>保護者</u> ・その他()	
	実施者 (○で囲む)	幼稚園教諭・ <u>保育士</u> ・栄養士・ <u>調理師</u> ・調理員・その他()	
	日時	2019年7月、12月	
	場所	玄関正面の壁面	
	資料・教材	日頃の食育活動の写真	
実施内容	7月の記事	<ul style="list-style-type: none"> ・年長の野菜栽培について ・食育絵本の紹介 ・給食の盛り付け工夫 	
	12月の記事	<ul style="list-style-type: none"> ・年齢別給食配膳の違い紹介 ・食育の手作り遊び紹介 ・食育イベント「食レンジャー」報告 ・給食献立レシピカード ・食育活動への感想アンケート 	
結果・参加者の反応や様子	<ul style="list-style-type: none"> ・実際の写真を子どもたちの表情と共に大きな紙面で発信したことで、保護者に食育活動への興味を持って貰う機会となり、送迎の際足を止めて読んだり、携帯で写真を取ったりして見てくれている。 ・親子で給食の盛り付け、畑、遊びの記事を見ている姿もあり、食育活動について親子で話す良い機会となった。 ・感想のアンケートではこれまで園だよりの裏で紹介した給食レシピを実際に家庭で作り、役だったという感想を得られた。 		
評価・今後の課題	<ul style="list-style-type: none"> ・保護者と関わる時間は限られているので、なかなか食の事を話し合う機会を得られないが、新聞を通じて発信することで興味を持って貰い理解を得られたと思う。 ・今後も引き続き食育活動について工夫して発信していきたい 	備考	

施設名	さいたま市立東大成保育園	電話	(664) 6582
住所	北区東大成町2-103		

事例 6	タイトル	さいたまクリテリウム記念給食掲示とクイズ	
目指す姿 (大きな目標)	掲示を通して、他の国の料理、さいたま市特産の野菜、さいたま市のイベント(クリテリウム)に興味を持つ		
当日のねらい (小さな目標)	いつもと違う給食に興味を持ちながら、保育士の声かけや、掲示のクイズに触れ、楽しみながら、関心を持つ		
方 法	対象者 (○で囲む)	0歳児・1歳児・2歳児・3歳児・4歳児・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10月25日	
	場所	給食展示の傍	
	資料・教材	2日間の記念給食の写真、食べている子どもたちの姿の写真を使用した掲示	
実施内容	24, 25日ともに記念給食について、各クラスで話をし特に、24日のおやつに使われている、野菜についてクイズ形式で話しながら、いただく。 当日(25日)に掲示をし、中にクイズをとり入れた。		
結果・参加者の反応や様子	2日間、話題にしていたことで、子どもから掲示を見たり保護者に教え、一緒にクイズの答えをめくっている姿があった。 食育掲示とクイズに関しては、その前から行っていたので興味を持っていた。 各クラスの写真があったことで、乳児クラスの保護者も送迎時に目をとめていた。		
評価・今後の課題	日頃からの掲示からの流れもあり、足を止めて見ていく親子が多かった。 掲示場所、写真の使用も良かったと思われる。 今後は、他の行事食や、子ども達の食事風景についても、発信をしていきたい。	備考	



全体図
 ※上にクリテリウムの
 チラシが貼ってあります



めくると...



☆お母さんをお呼んでいる所です☆



【コラム】 バランスのよい食事 ②

さいたま市食育なびの「食育の基礎知識」（以下のページ）では、「さいたま市食事バランスガイド3～5歳児向け」と、活用マニュアルを掲載しています。PDF ファイルをダウンロードできます。

食育の基礎知識



「さいたま市食事バランスガイド 3～5歳児向け」



さいたま市では、子どもや子育て世代に関わる関係機関と連携し、子どもが食習慣をはじめとした生活習慣の基礎を身につけることを目的として、国が決定した「食事バランスガイド」をアレンジし、平成20年度に「さいたま市食事バランスガイド 3～5歳児向け」を作成しました。

また、幼児の栄養・食生活に関わる施設等において、「さいたま市食事バランスガイド 3～5歳児向け」をご活用いただけるよう、活用マニュアルも作成しました。


（ページ下部よりPDFファイルをダウンロードできます。）



「さいたま市食事バランスガイド 3～5歳児向け」をご活用いただくことにより、幼児が発育・発達段階に応じて、毎日の食事に使われている、いろいろな食べ物を知り、朝ごはんをはじめとする食事を通して、食生活のリズムを整え、家族や友達と楽しみながら食事することなどを期待しております。

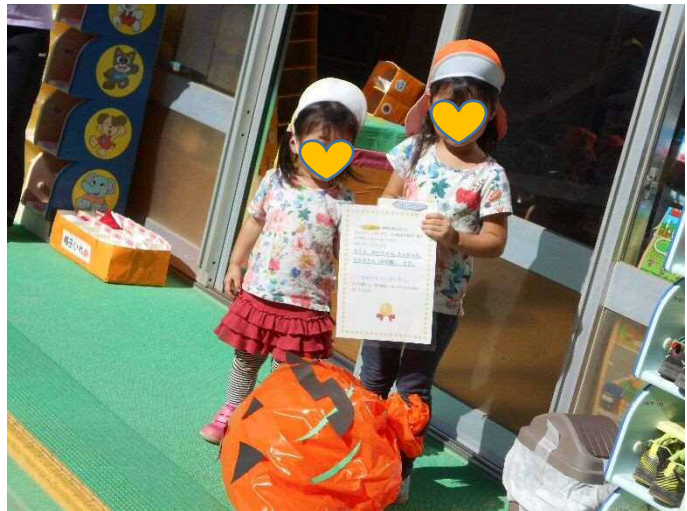
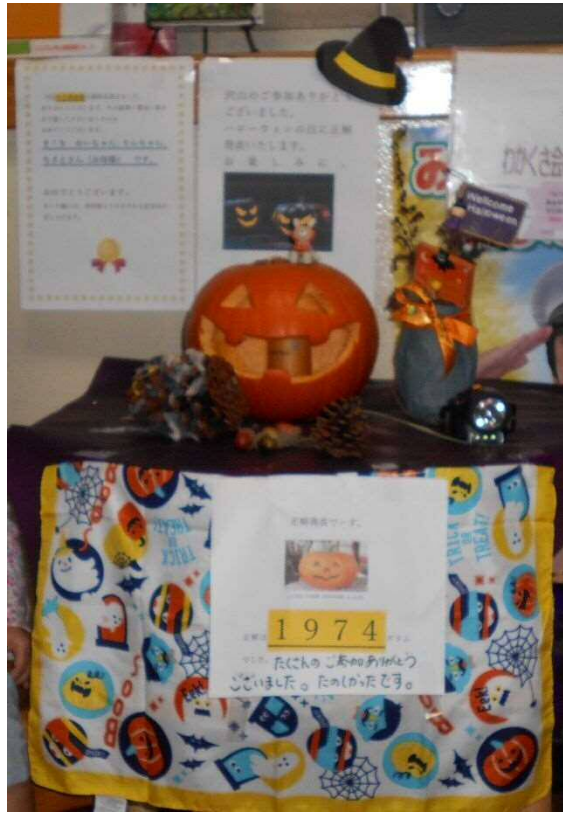
また、保護者の方には、子どもの食環境を整える担い手であることを認識していただくとともに、自ら望ましい食習慣を実践されるよう期待しております。

施設名	さいたま市立 宮原保育園	電話	048-663-4120
住所	さいたま市 北区 宮原町2-83-2		

事例 7	タイトル	なぜ 魚には 骨があるの？	
目指す姿 (大きな目標)	<ul style="list-style-type: none"> ・自分たちが日常口にしている食べ物について関心を持ったり理解を深めたりする。 ・魚にも種類があること、骨があることを知る。 		
当日のねらい (小さな目標)	<ul style="list-style-type: none"> ・保育園の給食食材への理解を深める。特に魚の体の仕組みを知り、骨を食べないように気をつける。 		
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	
	場所	5歳児 保育室	
	資料・教材	<ul style="list-style-type: none"> ・魚(アジ・イワシ・シシャモ)・まな板・包丁・ボール ・図鑑 	
実施内容	<ul style="list-style-type: none"> ・給食を食べている時、子どもから「魚は、何でいつも骨があるの？」という声があがった。その際、魚の説明はしたが子どもには実感がないようだった。その為、実際に見て学ぶ方法を考えてみる事にした。 ・後日近所のスーパーに子どもと買い物に行き色々な種類の魚を購入。園に戻り実際、魚に触れたり三枚おろしにするところを見たりする。 		
結果・参加者の反応や様子	<ul style="list-style-type: none"> ・魚には骨があることを知って欲しくて食育活動を行った。魚に骨があることを知ったことで、献立が魚の時は箸で魚をほぐして食べようとする姿が見られるようになった。しかし、子どもたちの1番の学びになったことは、育ててきた命(肉・魚・野菜)を食べていることに気付いたことだった。食事の挨拶や、残さず「きれいに食べる」「苦手なものでも食べてみようとする」意欲が育った。 		
評価・今後の課題	<ul style="list-style-type: none"> ・子どもたちの疑問から魚について知ってほしいと取り組んだものだった。子どもたちは魚をさばくところを真剣に見て知識を深め、保育者が考えていた以上に食についての大きな学びとなった。今後は他の年齢でもわかりやすく伝えるにはどうしていけば良いかを考え、身近な食材への理解を深められるような食育活動をしていきたい。 	備考	

施設名	大砂土保育園	電話	663-7233
住所	さいたま市北区土呂町 1-51-8		

事例 8	タイトル	ハロウィンかぼちゃの重さ当てクイズ	
目指す姿 (大きな目標)	食育活動に保護者にも興味を持ってもらい、親子での食の話に繋げていく		
当日のねらい (小さな目標)	ハロウィンの雰囲気を楽しみながら、日頃見なれない食材に触れる		
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10月31日、11月1日	
	場所	玄関正面食育コーナー及び園庭	
	資料・教材	ハロウィンかぼちゃ、食材ボード、投票用紙、投票用ボード、表彰状、記念品、職員劇(おおきなかぼちゃ)衣装・小物	
実施内容	ハロウィンかぼちゃの重さ当てクイズ かぼちゃを展示し、親子で持って重さを予想。投票用紙に記入して投票ボードに貼る。 ハロウィン当日に結果発表して、優勝の親子は記念撮影。翌日園庭にて「おおきなかぼ ちゃ」の劇で優勝者の表彰を行う。記念品として親子写真と手作りの給食レシピ集を贈呈 する。		
結果・参加者の反応や様子	<ul style="list-style-type: none"> ・ハロウィンに合わせてかぼちゃの重さ当てクイズを行ったので、カボチャの展示及びそのかぼちゃを「ジャック・オー・ランタン」に作り替えて展示をしたことで、玄関前の雰囲気が明るくなり良かったという感想を多くいただいた。 ・親子で参加しやすい内容で親子の会話も弾み、送迎時には結果を心待ちにしている会話を聞くことが出来た。投票という形式にしたことで、保護者の意気込みも感じられ、活気あるイベントとなった。 ・表彰式の時に園庭で行ったことで、無理なく全園児が楽しく参加出来た。プレゼントしたレシピ集は母親から「お料理が苦手で家庭でのメニューに困っていたので、とても嬉しかった」と感想をいただいた。 		
評価・今後の課題	今回初めて保護者を巻き込んだ食育を行ったが、多くの家族が参加して、思った以上に盛り上がった。今後も保護者参加、親子で参加できるイベントを企画しているので、みんなが参加しやすいような工夫を行っていききたい。	備考	乳児用食材ボードを作成。2歳児が食材カードを毎日掲示(ボタンに紐をひっかける形)している。日頃から食育に無理なく触れることが出来ている。また、送迎時に親子でボードに触れ、コミュニケーションツールとしても活用されている。



施設名	日進西保育園	電話	048-663-0063
住所	さいたま市北区日進町1-800-1		

事例 9	タイトル	野菜を育てて、みんなでおいしく食べよう	
目指す姿 (大きな目標)	野菜を栽培し収穫することで、食材への興味や食べることの意欲を育てる		
当日のねらい (小さな目標)	畑づくりや水やりなどを行い、野菜の生長を身近に感じる 自分たちで育てた野菜を収穫し、調理して食べたり、製作で利用したりする		
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～10月	
	場所	園庭や畑	
	資料・教材	野菜の苗、収穫した野菜	
実施内容	<ul style="list-style-type: none"> ・畑づくり、土を耕すことから子どもたちと一緒にいき、5月、ナス、キュウリ、カボチャ、ミニトマト、ピーマン、パプリカ、さつまいも、すいか、ひょうたんの苗を4、5歳児で植える。9月には、大根の種を植える。年長児は水やり当番を決め、毎日行う。 ・実になった物は順番に収穫し、子どもたちと一緒に数を数えて「どれが一番多く採れたかな」と収穫表にした。また、調理室で油炒めや漬け物にしてもらったり、家に持ち帰り保護者に調理してもらい食べる。 ・野菜のスタンプをしたり、さつまいものついでクリスマスリースを作る。 		
結果・参加者の反応や様子	<ol style="list-style-type: none"> ① 毎日水やりを行うことや園庭で遊ぶことで、野菜の生長の変化に気づき野菜が苦手だった子ども水やり等の世話をすることから野菜の生長を身近で見て、触れることで「少しでも食べてみよう」という気持ちになった。「小さいの食べる」「ピーマン食べられたよ」「ナス、〇個入ってたよ」と食べる事への意欲へとつながった。 ② 収穫の時は野菜の色や形、大きさなどに気づき「トゲトゲしているね」「これは重くておおきいね」「これは小さいからあかちゃんかな」などと言いながら、重さをはかりで計ることで目で見ても重さの違いを感じる事ができた。さらに、収穫した野菜の数を表にして保護者へ発信をした。 ③ 普段口にしていない食材が製作やあそびに使えることを知ることができ、お楽しみ会の壁面飾りとしてさつまいものついでクリスマスリースを作り飾った。発表会では4歳児が熱心に育てていたピーマンを題材にして、「グリーンマントのピーマンマン」を演じた。 ④ 送迎時に野菜の生長を見る事で親子の会話のきっかけとなり、カボチャ、スイカ、ひょうたん等は「自分でも作れるんだ」と驚き子どもよりも保護者の方が興味を持っていた。 ⑤ 大根の種を植えた後、かいわれ大根くらいになると虫に喰われてしまい、3回も種まきを行い野菜づくりの大変さを知るきっかけになった。 		
評価・今後の課題	<ul style="list-style-type: none"> ・普段から食べている食材を自分たちで育て収穫することで、どのように育ち、自分たちの口へと運ばれてくるのかということを知ることができ、食べる事への意欲へと繋がられた。 ・園で身近な食材を育てることで、家での会話や楽しい食事へと繋がるようにこれからも野菜づくりを継続し、様々な食への取り組みを継承していきたいと思う。 	備考	

《畑づくり》



《収穫》



さつまいものツルでリースづくり




施設名	さいたま市立奈良保育園	電話	048-651-7172
住所	さいたま市北区奈良町 125-6		



事例 10	タイトル	野菜を育てて食べよう	
目指す姿 (大きな目標)	食への関心を持ち、食べる意欲を育てる		
当日のねらい (小さな目標)	収穫の喜びや、調理されていく過程を知り美味しく食べる		
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12月16日	
	場所	保育園の畑・5歳児室	
	資料・教材	包丁・まな板・ボール・IH調理器・皿・調味料	
実施内容	5歳児が畑で育てた、小松菜を収穫し調理師に保育室にて調理してもらい、食べ物になる過程を知り、最後はみんなで味わった。		
結果・参加者の反応や様子	<p>「野菜を育てて食べよう」の かぼちゃ・冬瓜に次ぐ3つ目の食材の取り組み。 自分たちで育てた小松菜を大事そうに収穫し、それを調理師により目の前で調理されていく過程を楽しんでみている。</p> <p>茹でると小さくなること、水にさらしてアクをとること、調味料を量ること、切って和えること、など調理する中での様々な工程に気付くことが出来た。</p> <p>「苦手なんだよな」と言いながらも、口に運び「これおいしい」と言う子もいた。</p>		
評価・今後の課題	自分の口に運ばれるまでに、種まきから始まって、様々な過程があり様々な人の手がかかわっていることを、少しは感じられたかと思う。 季節による野菜の栽培、収穫を計画的に行いこれからも調理師と連携をとりながら、続けていきたいと思う。	備考	



施設名	泰平保育園	電話	048-667-1847
住所	さいたま市北区今羽町 596		

事例 11	タイトル	食育親子クイズ	
目指す姿 (大きな目標)	食への意欲や関心を高める。		
当日のねらい (小さな目標)	給食に使われている食材や食べ物に興味を持つ。		
方 法	対象者 (○で囲む)	0歳児・1歳児・2歳児・3歳児・4歳児・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5日(水)～6月12日(水)	
	場所	給食室前	
	資料・教材	親子クイズが記載された紙・解答を記載する付箋・景品用給食レシピ集	
実施内容	<ul style="list-style-type: none"> ・給食や食材に関するクイズを解答用の付箋と一緒に準備し、掲示する。給食室前で親子クイズを行っていることを周知する。 ・登園時、降園時に子どもと保護者とで答えを考えてもらい、参加する。 ・解答期日を過ぎたらクイズの用紙を剥がし、どの解答が最も答えに近いかを確認する。 ・答えに一番近い保護者にレシピ集をプレゼントし記念写真を撮影し、それらが記載されたお知らせを掲示する。 		
結果・参加者の反応や様子	<ul style="list-style-type: none"> ・園の食育の取り組みとしては、継続している内容のものであり、クイズが掲示されると「クイズやってるよ」「やっていこう」などと楽しみにしている趣旨の発言や声が聞かれた。 ・クイズに取り組んでくれた保護者の中には「普段から子どもが楽しみにしてよく食べているレシピだからぜひ欲しい」と言うような声も聞かれた。 ・クイズに取り組んでくれた子どもたちからは「食べ物のクイズおもしろかった」「答えが分からなかった」など子どもならではの率直な意見が伺えた。 ・給食のレシピをもらい写真を撮ると、もらえたことに喜んだり笑顔で親子写真を撮れたり「参加してよかった、ありがとうございます」という声も聞かれた。 		
評価・今後の課題	<ul style="list-style-type: none"> ・全学年が参加してくれたが、乳児の子どもたちも参加しやすいような形が取れるといい。 ・クイズをやっているという案内をより保護者へ周知していけたらさらに参加者も増えたと思う為、方法を考えていきたい。 ・レシピが非常に人気で家で作ったという声も聞かれた為、解答が一番近い保護者のみでなく、多くの保護者の手に渡るようなすべを考えたい。 	備考	

施設名	さいたま市立大宮保育園	電話	048-641-1497
住所	さいたま市大宮区吉敷町1-132-3		

事例 12	タイトル	冬瓜ってなあに??	
目指す姿 (大きな目標)	本物の食材に触れ、食事への興味・関心を深める		
当日のねらい (小さな目標)	馴染みのない食材にも興味を持ち、調理前から調理後の変化や匂い、味等を知る。		
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 7月23日	
	場所	3, 4, 5 歳保育室	
	資料・教材	調理前の冬瓜、まな板、包丁	
実施内容	<ul style="list-style-type: none"> 給食の配膳後、保育士が各クラスを順番に回り、切る前の冬瓜を見せる。何という名前の野菜か、どんな匂いがするか、切ると中はどうなっているのか、などを子ども達に投げかけながら、触れてもらう。その後冬瓜を切り、最後に配膳されている給食のどこに冬瓜が入っているのか子ども達と一緒に考え、見つける。 「冬瓜」という名前の由来や、働きを伝える。 食育だよりに掲載し、保護者へ発信した。 		
結果・参加者の反応や様子	<ul style="list-style-type: none"> 冬瓜を知っている児は3クラス(当日59名)の中で1名だった。 本物の冬瓜を見て「すいか」「きゅうり」「かぼちゃ」など様々な声が聞かれた。真ん中で切ってみて、中身をみると「きゅうり」という声が多くなった。匂いが少しあることに気付く児もいた。 配膳された給食から、冬瓜を探すのが白い食材が見当たらず、3歳児は困惑していた。4, 5歳児はお味噌汁の中から透明になった冬瓜に気付く児が数名いた。 積極的に食べる姿がみられ「柔らかい!」「お味噌汁の味がたくさんする」などの声や、「もう、なくなっちゃった」と、7月の前半に出たときよりもおかわりをする児も多くいた。 「冬瓜」という名前の由来は、漢字の意味が含まれているので少し難しかったようで、あまり反応が見られなかった。 		
評価・今後の課題	<ul style="list-style-type: none"> あまり、家庭でも馴染みのない食材を保育園で提供するだけでなく、興味を持つきっかけを作ることが出来てよかった。 とてもよく食べてくれた分、おかわりが足りなくなってしまう位であった。 冬瓜だけではなく、様々な食材や調理器具、調理法に触れられるよう、給食室とも密に連携をとっていきたい。 	備考	 

施設名	三橋保育園	電話	048(643)3145
住所	大宮区三橋2-929		

事例 13	タイトル	トウモロコシからポップコーンへ！！	
目指す姿 (大きな目標)	ポップコーンを作るためのトウモロコシの育成、加工、調理を知り、親しみを持って食べる。		
当日のねらい (小さな目標)	調理中の変化の様子を知り、楽しんで食べる。他クラスに配り反応を知ることで、頑張ってきたことへの満足感を得る。		
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4月～10月	
	場所	園庭内畑、5歳児保育室、給食室	
	資料・教材	トウモロコシの種(爆裂種)・土・育苗ポット・収穫したトウモロコシ・フライパン	
	実施内容	4月、トウモロコシの種を育苗ポットに植える。芽が少し生長したところで畑に植え替えて水やり等の世話をする。8月に収穫して皮を剥き、10月までの2か月間園舎内に干しておいた。完全に乾燥し終えた10月23日に1つひとつ粒を取り給食室へ。調理員にポップコーンにしてもらい食す。	
結果・参加者の反応や様子	結果	<ul style="list-style-type: none"> ・ポップコーンになるのはスイートコーンではなく、イエローポップ(爆裂種)だと知ることが出来た。 ・生長したものを収穫する嬉しさを感じられ、また自分達が育てたものが全く違う形になったという不思議さに触れられ、良い経験になった。 	
	反応・様子	<ul style="list-style-type: none"> ・小さかった苗がすくすく生長し、自分達の背よりも高くなったことに驚くと同時に嬉しそうにしていた。 ・干している間子ども達によく見えるところに吊るしていた為、2か月という長い期間ではあったが期待感を持っているようだった。 ・「映画館みたい！」「美味しいねー」と言っでは嬉しそうに食べていた。 	
評価・今後の課題	トウモロコシを育てたり、収穫したり、干したり、粒を取ったりと手間暇がかかっており、その工程や大変さを知ることが出来て良かった。ポップコーン特有の弾けて出来上がるという所を楽しめて良かった。	備考	<ul style="list-style-type: none"> ・通常のトウモロコシと一緒に育てることで、生長速度の違いや、粒の大きさ、見た目の違いなども分かると、より学べると思った。 ・持ち帰り分も育てて、各家庭でポップコーンを作る楽しみを感じられるようにしたい。

トウモロコシがポップコーンになったよ！



収穫して乾燥させていたトウモロコシがポップコーンになりました！
塩とバターの2種類があり、どちらも美味しそうに食べていた子どもたち。
「映画館みたい！」「おいしいねー」と自分たちで育てたポップコーンを嬉し
そうに口に運んでいました。たくさん出来たので、3歳4歳にもおすそ分け
したところ、大好評でした♡



施設名	さいたま市天沼保育園	電話	048-642-4240
住所	さいたま市大宮区天町2-438-1		

事例 14	タイトル	食育集会	
目指す姿 (大きな目標)	食べる物への興味や関心を持つ。		
当日のねらい (小さな目標)	子ども自身が知識だけでなく視覚、聴覚、嗅覚、触覚を使って感じていく。(味覚については、給食の中で。)		
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 19日(火)	
	場所	ホール	
	資料・教材	食材絵カード(大) 実物野菜(人参・胡瓜・玉葱・キャベツ) 塩・胡椒・油 包丁・ボール(透明)・まな板・スプーン・カレー粉缶	
実施内容	①絵合わせカード(大)当てクイズ ②野菜の切り口はどうなっているかなクイズ(輪切りの時、立て切りの時)・・・人参、胡瓜、玉葱③調理担当の自己紹介④調理師によるこの日のメニューフレンチサラダ作り観覧⑤今日の卵焼きに入る秘密の味はな～に？(カレー粉が入る卵焼きであった為、缶の香りを皆で嗅ぐことで給食への期待に繋げていく)		
結果・参加者の反応や様子の様子	<p>①1歳児から楽しめる形を考えた。見やすい大きさと単純なイラストを使用することで1歳児の子も答える姿があった。</p> <p>②野菜の切り口を見せた際に、食材を観客席に回したところ切り口の模様より香りに興味を持つ子が多く見られた。そのことで会場全体がざわつき気味になっていき、全体として今、何をしているのかが分かりにくくなった部分があった。</p> <p>③フレンチサラダ作りは、ボールを透明にすることで観客席から見やすいようにしたが、ボールが小さかった。</p> <p>④カレー粉の缶の香り(中身は別)を一人ずつ嗅いだ中で「あ！わかった！」「うんと・・・なんの香りだっけなあ・・・」という声が多く聞かれた。その中で嗅ぐということがよく分からず困っている4歳児の子の姿もあった。</p>		
評価・今後の課題	<p>1歳児から楽しめる集会を考えたが、見やすさ、話の内容、時間等を考えると別々に企画した方が集中しやすいと思う。目の前で調理の様子を見せる場合は、幼児のみにしてもよかった(オープンキッチンなので日頃の調理の様子はガラス越しに乳児も見やすい為。)</p> <p>切り口は、写真使用した方が本来の切り口の面白い面白さに気づきやすかったと思う。</p> <p>知識としての食育だけでなく、五感で感じるといふ食育も日頃から大切にしていきたい。</p>	備考	<p>1月・・・食育劇</p> <p>2月・・・子どもの姿に合わせた集会</p> <p>・夏にも集会が設けられるとよかった。育てた野菜(なす、すいか等)収穫紹介を子どもが紹介するなど。)</p> <p>・アクションプログラムでも他園の実施内容等の交換があることもとても為になっている。こうした事も今後の参考にしていきたい。</p>



おいしいすいかが
食べられますよう
に♪

オープンキッチンの前で収穫したスイカを切ってもらっています。どうなるかな～？



じゃ～ん♪なんとこんなに美味しいすいかが収穫できました。甘かった～♪

待ちに待った年少さんの作った落花生の収穫の日です。

できたかなあ・・・



食育集会の中で食べ物の香りや手触りを確かめているところです。



「じゃ～ん♪こんな風にできるんだねえ。」
「すご～い、すご～い。(拍手)」

施設名	さいたま市立上小保育園	電話	643-4436
住所	さいたま市大宮区上小町845-4		

事例 15	タイトル	何でも良く食べよう！	
目指す姿 (大きな目標)	<ul style="list-style-type: none"> ・様々な食材をバランスよく食べる ・食べ物の不思議を知り、身近な食材に興味を持つ 		
当日のねらい (小さな目標)	<ul style="list-style-type: none"> ・色々な食材をバランスよく食べる大切さを知る ・乾物の戻す前と戻した後の違いを知り、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 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7月30日 9:50~10:30	
	場所	保育園ホール	
	資料・教材	<ul style="list-style-type: none"> ・えいようのうた ・食材パネル ・乾物(春雨、ひじき、切り干し大根、わかめ、かつお節、麩) 	
実施内容	<ul style="list-style-type: none"> ・食育レンジャーによる3色の食品群それぞれの特徴と食品の紹介 ・えいようのうた ・乾物紹介・クイズ(戻す前の状態を見せ、何かを当ててもらう) ・集会後、戻す前と後の乾物を各クラスに回し、実際に触れて比較できるようにした 		
結果・参加者の反応や様子	<ul style="list-style-type: none"> ・食育レンジャーの登場に盛り上がり、3色の食品群をバランスよく食べる大切さや、どんな食品があるのかなどの話もよく聞いていた。マスクはつけなかったため、乳児クラスも泣かずに参加していた ・えいようのうたは毎年歌っているためよく覚えていて、大きな声で自信を持って歌っていた ・乾物クイズでは、戻す前のものを見てすぐに答えたり、難しいものはじっくり考えたりと、楽しみながら参加する様子が見られた ・集会後、実際に戻す前と後の乾物に触れることで、「堅いのが柔らかくなった」「大きくなってる」「増えてるね」「いいにおい」など、子どもたちから様々な声が聞かれ、発見を楽しんでいる様子が見られた ・後日、保護者から「わかめやお麩を子どもと戻しました」などの声も聞かれた 		
評価・今後の課題	<ul style="list-style-type: none"> ・食育レンジャーの登場に、子どもたちも興味を持ち、楽しみながら集会に参加することができた ・えいようのうたは毎年歌っているので、覚えている子が多く、うたを通して3色の食品群について知る事ができたと思う ・戻す前と後の乾物に触れることで、特徴を発見したり、違いに気付いたり、食べ物に関する興味が広がったように思う ・保護者に掲示や写真のスライド等で当日の様子を見てもらうことで、園での食育への取り組みを伝えることができた ・園での食育が、家庭での食育にもつながるように取り組んでいきたい 	備考	2020年1月に3回目の食育集会を実施予定(七草について)

