



食育活動をふり返る秋



おいもがほれたよ



でぶいもちゃんだあ!



おいしく焼けたかな?



焼きいも、ほっかほか!



運動会「おむすびコロコロ」

- 2 食育歳時記 食育活動をふり返る秋
中島 章裕 社会福祉法人明照保育園 園長
- 4 今月の話題 大震災後の食育活動のあり方—災害の教訓を如何に活かすか—
藤澤 良知 実践女子大学 名誉教授
- 11 お知らせ 「児童福祉週間」 標語募集のお知らせ
- 12 レポート 津波被害からの保育所給食の復旧まで—中野栄あしくろ保育所（仙台市）—
岡林 一枝
- 16 情報すくらっぷ 食養生の伝統を見直す～放射線の影響の軽減にも～
大村 直己 食育コーディネーター
- 20 親子の気持ちに応える育児相談 親子いきいきQ&A
健診で発達障害と言われた
～相談者のどんな気持ちも否定しないで聴く～
永瀬 春美 篠原学園専門学校こども保育学科
- 22 保育園の食事作り⑦ 煮物（野菜・芋・豆）
長田 和恵 社会福祉法人 大龍会 向原保育園 管理栄養士
- 26 保護者からのメッセージ 保育園の食育
保育園の「おいしいにおい」
関根 章代 保育園を考える親の会
- 28 食育イラスト 丈夫な骨を育てる イラスト 佐橋 充 例アトム
- 30 スキムミルククッキング
徳兵庫県栄養士会
岡 かづ子 地域活動 栄養士
- 32 第6回食育コンテスト「いただきます ごちそうさま」大募集!
- 33 10月の献立 献立作成 島田尚子 長野市保育家庭支援課 係長 管理栄養士
 - ① さんまのかばやき
 - ② コーンフレークチキン
 - ③ さばのにんじんみそ煮
 - ④ ミートボールのケチャップ和え
 - ⑤ 炒り鶏
 - 離乳食 献立①④からの応用●献立表調整・写真撮影協力 管理栄養士事務所 D&N サポートシステムズ
- 46 編集後記 47 アンケート

食育活動をふり返る秋

子どもたちも地面にどっしり根をはって!

あんなに暑かった夏がちょっぴり懐かしくなってくるような10月、朝の涼しい風を受けて、今日も元気な子ども達の声で1日が始まります。

明照保育園では、9月の中頃からは年間の保育計画における第3期を迎えます。4～6月の1期では、ひとりひとりの子どもが保育園や保育者・友達に信頼感を持ち、安心して園生活が過ごせるように保育をし、7～9月の2期にはその安心の土台の上で思いっきり大胆に、チャレンジしたりして遊び込めるようにしていきます。

そしてこの3期は、2期でのびのびと外に出した自分の力を持って、様々な活動にじっくりと取り組むことで、達成感を味わったり、さらに意欲的に友達と関わろうとしたりして、豊かな保育園生活が味わえるようにすすめていきます。

運動会に向けて子ども達は、力いっぱい走ったり、力を合わせて演技をしたりして、練習の時でも「もう1回走る!」「今度は絶対勝つ!」などと、時間の経つのも忘れるほど。それでも昼近くなって、給食室からいい匂いがしてくると、「おなかすいたあ!」「今日の給食なに?」とくるくる話題は変わります。

運動会当日は保護者にとっても、我が子が4月から比べて、ただ走る、友達と手をつなぐなどの姿でもこんなに成長したんだと感じ入るひとときとなるようです。そして、子ども達にとって家族がしっかり見ていてくれることが、どんな励ましの言葉より大きなパワーになることを実感します。

また今月は、子ども達みんなでも畑にも出かけます。走ったり跳んだりした足で、今度はいも畑の地面をしっかり踏み締め、大きなサツマイモを掘り当てていきます。「先生、これ見て!」「一緒に掘ろう」「でぶイモだあ!」「ちょっと手伝って!」「ほくイモの天ぷらが好き」「私はねえ、スイートポテト」「あっ、パツタだ!」友達や保育者と一緒に、目で、手で、足で、言葉でたくさんの表現をする子ども達に、豊かな感性が育っていることを感じます。

畑の横では、芋のつるでなわとびをしたり、つるを三つ編みにして遊んだり、子ども達は遊びの名人でもあります。掘ったサツマイモは、おうちへのおみやげにしたり、園庭で焼き芋パーティーをしたり、給食の先生におやつを作ってもらったり、年長児は鬼まんじゅうを作ったりと、いろいろなものに変身していきます。

10月、子ども達は地面に足をしっかりつけて、豊かに根っこを伸ばしていく季節でもあります。



絵本を通して ～「どんどこどん」和歌山静子作 こどものとも年少版 福音館書店～

「つちのなかで、どんどこ どんどこ」「わっ さつまいも」…保育者のお話に、興味津々で絵本を見つめる3歳児達。「どんどこどん」は、いろいろな根菜類の葉から土の中で育っている野菜を想像していく絵本です。いもほりを経験したためか、サツマイモの葉っぱにいち早く、「それ、サツマイモ!」「大きいの掘ったよね」などと答え、友達と目を輝かせます。「上の中で育つ野菜は、みんなの体を温めてくれるんだって」という保育者の言葉を聞いた子ども達。その日の給食の煮物にさといもを見つけると、「これ食べると、体がぽかぽかになる?」と、絵本のことを思い出しながら会話を楽しんでいました。また、さといもから始まり、じゃが芋、サツマイモ…とイモの仲間を集めたり、シイタケが出てくると今度は、えのき、しめじ、なめこ…と、キノコの仲間をみんなで考えたりと食材の種類に興味を持ち始めたようです。



保育園での食育活動をふり返る ～食育計画作成への道 その3～

食育計画の作成にあたり、保育課程の中から食育活動を食育につながると思われる活動を抽出して行きました。各年齢に応じて、また、園全体として様々な食育に関する項目が出てきました。

《毎日の生活の中で》

給食当番 野菜の皮むき あじみ当番 生き物の世話 野菜の栽培 植物の観察
手洗い 歯磨き ブクブクうがい 絵本や歌 など

《行事食・行事活動》

柏餅 若竹汁 時計ごはん あじさいミルク 親子試食会 スイカ割り 天の川汁
夕涼み会 (かき氷・だんごなど) 十五夜お月見 いもほり 焼きいも 「歳飴 餅つき
年越しにゆめめん 正月手巻き寿司 鏡開き 豆まき ひなあられ 潮汁 など

《体験活動》

クッキング 調味体験 魚の解体ショー 野菜の包丁切り など

保育の計画から食育に関するものを抜き出していくこの作業を通して、保育生活の中にもともと食育につながっている活動がかなり多くあることに気づきました。「食育」を新しいものとしてとらえる前に、今行っている保育を振り返り、それぞれの意義を職員ひとりひとりが改めて考え、計画に組み入れることがなにより大切であり、それにより子どもへの言葉かけも工夫され、活動にも深まりが出てくるものと思われました。

