

# 食育だより

上越市立夷浜保育園

## 野菜作り

年長児を中心に何を育てたいか話し合い、決めました。今年は「じゃがいも・きゅうり・ピーマン・トマト・とうもろこし・なす・かぼちゃ・さつまいも・スイカ・ラディッシュ」を植えました。

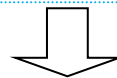
### 《苗植え》

園士先生に教えてもらいながら「おいしくなれ！」  
「いっぱいなれ！」と願いを込めながら植えました。



### 《水やり》

「大きくなったね！」「お花咲いたよ」と野菜の成長に気付き、お世話を頑張っています。



### 《収穫》

採れた野菜は給食に入れてもらったり、お家に持って帰ったりして味わいました。「きゅうりに味噌つけて食べるの」「ピーマンの肉詰めにしたよ」と嬉しそうに話しています。



### ☆収穫表☆

こんなに採れたよ！



## クッキング

野菜の皮むきや種取りなどのお手伝いクッキングや、園で採れた野菜を使ってカレー作りをしました。

みんなで作ったカレーは、とってもおいしかったね♥



## 食育集会

毎月の食育集会では、夷浜保育園オリジナルの「赤・黄・緑の栄養素の歌」を歌ったり、エプロンシアターやクイズなどで食材や体について関心を深めたりしています。

