

南川保育園食育活動

令和5年度 12月



おいしい野菜、たくさんとれたよ！

南川保育園では年長児ひまわり組が野菜を育てています。今年も4月にじゃがいも、5月にきゅうり・なす・ピーマン・おくら・とうもろこし・さつまいも、9月に大根とたくさんの野菜の苗を植えました。「おおきくな〜れ」と暑さにも負けず、毎日水やりを欠かさず頑張った

子どもたち。水やりのたびに、「葉っぱが出たね」、「花が咲いたよ！」と野菜の生長に気づき、うれしそうな笑顔が見られました。そしていよいよ迎えた収穫の時期には、たくさんの野菜を収穫することができました♪



みんなでおいしく食べよう！

畑で採れた野菜を使って2回のクッキングを楽しみました。1回目は夏野菜を使ったみんな大好き「夏野菜カレー」！包丁の使い方を勉強して、いよいよ本番・・・ワクワクしながらカレーの具材を切りました。2回目はさつまいもでスイートポテトを作りました。さつまいもをつぶして材料を混ぜるのも「いいにお〜い！」「早く食べたいな」と食べることを楽しみに頑張りました。2回とも、小さいクラスの友達にも食べてもらって「おいしかったよ」と声をかけられたり、ちょっぴり苦手な野菜も“自分たちで育てた野菜・作った料理”だとおいしく食べることができ、うれしそうな子どもたちでした。



ネコの手で切るよ！

クッキング楽しかった！



カレー
おいしいね♪



～食育集会～

月に1回、食や健康に関心を持つことができるように、毎月テーマを設け、食育集会を行っています。12月は「伝統行事の食べ物を知ろう」。おせちについて、どんな食材が入っているのかな？込められた願いはなんだろう？とクイズ形式で学び、お正月がとっても楽しみになりました！