

令和7年度 すくわくプログラム：足立区立いりや第二保育園

テーマ：「食からつながる保育の可能性を探る」

子どもたちの姿からテーマを決めました

背景と課題：近年、子どもの偏食や食の細さが目立ち、保護者からも食事の進め方についての相談が増えている状況があった。

期待される効果：身近に存在する「食」を丁寧に育むことで、子どもたちが楽しみながら生きる力を身につけられる環境を探りたいと考えた。

ねらい：食材に触れる体験（野菜の皮むき等）を通じて、食への抵抗感を減らし、自ら「食べたい」と思える意欲を育む

各クラスの活動・環境づくり

1歳児 ひよこ組：黄色の食材に触れてみる

子どもたちの姿：

野菜が苦手な子が、黄色い食べ物（パプリカ、レモン、バナナ）を見たり触れたりした体験をきっかけに、給食の食材に自ら触れたり舐めたりするようになるなど、食への興味に変化が見られた。

環境設定

レモン、パプリカ、バナナなど「黄色」の食材を用意し、自由に触れたり匂いを嗅いだりできる環境を作った。

つぶやきや発見につなげたい！！

保育者の関わり

「何色かな？」と問いかけたり、食材をカットして実際に舐めてみる体験（レモンの酸っぱさ体験など）を共有した。

ある子が部屋中の「黄色いおもちゃ」を夢中で集め始めた。食材の隣に並べて、おもちゃと食材の色をじっくり見比べる姿が見られた。子どもの「同じ色！」という発見のときにそばにいて、「本当だ！」と驚きや喜びを共有し、「同じだね」と言葉にして伝えた。

4歳児 きりん組：ピーマン栽培と野菜スタンプ

子どもたちの姿：

「本当にさっきのピーマンだ！ほら！」と輪切りにした物をつなげて確かめる姿が見られた。また、切ったものを見て「種がある！」「おいがする」「ミッキーの形だ！」とスタンプを押す前から興味津々だった。

環境設定

ピーマンの栽培を行う。自分たちが育てたピーマンへの興味が広がったため、野菜スタンプのコーナーを設けた。また、子どもたちの前で野菜を切って見せた。

実際にピーマンを切る際には、子どもたちの反応を受け止めながら、子どもたちの発見や気づきに共感した。

実物と切ったものを並べて置いたり、写真を掲示するなどして子どもたちの気づきを言葉にできるようにした。

種の扱いについてどうしていくか話し合う時間を設けた。「育てたい」「持って帰る」などいろいろな考えがあったので思いを受け止めながら次の活動につなげられるようにした。

5歳児 ぞう組：たまねぎの皮でたまねぎ染め

子どもたちの姿：

煮汁の色が変化していく様子を「お茶色からオレンジジュースになった」と、身近な飲み物に例えて表現していた。布を浸した瞬間の色の変化に「玉ねぎの色だ！」と喜び、完成の色を想像して楽しんでいた。また、他のものではどんな色が出るのかを予想する子がいた。

環境設定

給食にたまねぎが出る日は、たまねぎの皮むきを行っていたため、皮を集めていた。「何に使うの？」と言いながら、皮が集まっていくことや、何に使うのかを期待できるようにしていた。

具体的なイメージの共有：水の量を伝える際、「牛乳パック10本分くらい」と子どもが知っている物で具体的に示すことで、量の概念への気づきを促した。工程への興味を引き出す：ビー玉と輪ゴムを使った絞り染めの準備や、焼きミョウバンでの色止めなど、一つ一つの工程を丁寧に見せることで、子どもたちの「次はどうなるの？」という探究心を引き出した。



1歳児 ひよこ組:黄色の食材に触れてみる

食材を触ったり、匂いを嗅いでみることでより食に興味をもったり、楽しみにする子どもたちの姿を見ることができた。保育者が食材の色や匂いを子どもに伝え、おいしい気持ちを一緒に共感することで、食事の時間は益々楽しいものになるのだと思った。

また、色の明るい、暗い、くすんだに繊細に感じるができる年齢なのだと、今回の食育活動を通して実感した。色の認識をしてほしい場面では、同じ色を用意したり、反対に子どもが違いに気がついた時にはしっかり耳を傾け、発見を大切に受け止めていく。

5歳児 ぞう組:たまねぎの皮でたまねぎ染め

煮汁の色が変わっていく様子を「お茶の色からオレンジジュースになった」と、自分たちの知っている身近なものに例えて、色の濃淡や変化を的確に捉えている子がいた。布を浸す際、「玉ねぎの色がついた!」と喜ぶ一方で、現状から完成の色を自分なりに推論して楽しんでいる子もいた。5歳児らしい「なぜ?」「どうなるの?」という探究心が強く感じられた活動だった。単に染めるだけでなく、水の量や色の変化といった「数・量・性質」への関心が、生活に即した具体的な言葉(牛乳パック等)を介することでより深まったように思う。

輪ゴムを使った絞りの準備から、焼きミョウバンによる色止めまで、一つひとつの工程に「次は何をするの?」と強い興味を持って参加していた。結果だけでなくプロセスを大切にしている姿勢は、年長児ならではの育ちだと感じた。

普段は捨ててしまう「玉ねぎの皮」が、美しい色を生み出す道具に変わる体験を通して、食材を多角的に捉え、大切にしている心が育まれるきっかけとなった。

4歳児 きりん組:ピーマン栽培と野菜スタンプ

今までは事前|に準備してあったスタンプをすることが多かったが、今回は目の前でピーマンを輪切りにした物を使ってスタンプを作った。「本当にさっきのピーマンだ!ほら!」と輪切りにした物をつなげて確かめる子がいた。子どもたちはこれまで野菜スタンプで形を行っていたが、自分たちが収穫したものを目の前で見て、自由に触れることで、輪切りのピーマンと一個のピーマンが繋がったのだと感じた。栄養士が野菜や果物を目の前で切ってくれた活動やおいしいピーマン、ナスの見分方、種の浮く、沈むの実験など、思い出して言葉にしている姿もあった。

今回の活動で色々な野菜や果物をスタンプで提示する時に、名前を伝えるようにしていたが、写真やイラストなどがあると分かりやすかったのかかもしれないと感じた。



かたまらないね

チョコみたいな色だね



次につなげていきたい!

1歳児ひよこ組

様々な実体験が、子どもにとっての力になっていくことを知った。子どもの興味や関心に応じて活動を考えることを行うとともに、保育者の願いやねらいを込めて活動を提案することもしていきたいと思う。

4歳児きりん組

自分たちで栽培することで、生長や収穫に期待をもち、毎日観察しているからこそその発見があった。何度も実になるピーマンを見つけ、「またできてる!」「でも小さいね」「食べられるかな?」と栄養士に聞きに行くなど、自分たちで育てた食材への強い関心が見られるとともに、栽培物を通した人間関係の広がりも見られた。物や人との関わりをさらに広げていけるようにしたいと考えている。

5歳児ぞう組

友達と同じ場で、同じ活動をすることで、同じものを見ていても発見することや考えることが一人一人違うといった多角的な視点の在り方をあらためて知った。また、一人の気付きが友達に広がり、共通の探求になっていくことを感じ、クラスで活動を行うときのヒントとして今後にかかしていきたい。

