

子どもの元気は食事から

中央さくら保育園

保育園の子ども達は食べるのが大好きです。昼ごはん近くなると給食室の前はとも賑やかになります。でも、どの子ども初めから食事を楽しめたわけではありません。野菜が嫌い、魚が苦手、うす味に慣れないなど様々な理由で食事を残す子がいます。一日の大半を保育園で過ごす子どもにとって食事は重要な役割を果たします。

食べることに『興味』や『好奇心』を持って『おいしく』『楽しい』と願うから、当園では食の大切さを伝えるため様々な取り組みを行っています。



食品のはたらきなどを学びました

今年度は、年長組がプランターに「なす」「ピーマン」「ミニトマト」「パセリ」などの夏野菜を栽培し、毎日大きくなるのを楽しみにしました。子どもたちが育てたミニトマトを収穫し、給食に出したところ、嫌いだつたミニトマトをおいしそうに食



園児が丹精こめて育てたナス

紙芝居、人形劇、食べ物カード、クイズなど子ども達の興味を引く教材を用いて食品のはたらきや、食事のマナーなどのお話をしています。どの子ども紙芝居のピーマンマンや野菜の国のお姫様のような気分になって盛り上がり、苦手の野菜も少しずつ食べられるようになってきました。

べる姿も見られました。また、稲刈りの時期に稲穂を見ながら、お米ができるまでのお話をしました。モミが白い米になることに大変興味を持ったようでした。実際に小野町産のミネラル米を使ってお米を炊き、子どもたちに見せたところ、炊き上がったご飯に「おなかすいた」「いいにおい」と歓声が上がりました。ご飯は、シンプルな塩おにぎりにしておやつに出したところ、大喜びですぐにたいらげてしまいました。

幼児期から色々な食材に触れながら豊かな食体験を積み重ね「食べることが大好きな子」に育てばいいと願っています。

(中央さくら保育園 石井小百合)



ミネラル米ごはん

文化の館情報

●図書館行事予定

◇ちびっこおはなし会

ちびっこおはなし会は0~5才程度の就学前のお子さんとその保護者が対象です。絵本の読み聞かせ、手遊び、わらべ歌などを行います。

日時	12月9日(木) 午前11:00~11:30
場所	図書館・視聴覚室

◇リサイクル本まつり

図書館で『リサイクル本まつり』を行います。リサイクル本まつりでは、保存期間の過ぎた雑誌(2001年4月~2002年3月刊行分)を無料でお譲りします。また、利用者のみなさまからいただいた本やコミック等のうち、図書館で利用することができないものもあわせてお譲りします。

日時	平成16年11月20日(土)、21日(日) 午前9:00~5:00
場所	ふるさと文化の館・1階ホール

【お譲りする雑誌】

雑誌名	雑誌名
新しい住まいの設計	主婦の友
ASAHI パソコンビギナーズ Paso	趣味の園芸
ASAHI パソコン	小説現代
美しい部屋	SCREEN
NHKウィークリーステラ	Sports Graphic Number
おしゃれ工房	装苑
オレンジページ	ダヴィンチ
おひさま	ダカーポ
きょうの料理	中央公論
きょうの健康	つり人
CAPA	鉄道ジャーナル
季刊銀花	日経エンタテイメント!
暮らしの手帖	PHP
クロワッサン	文藝春秋
現代農業	婦人公論
月刊自家用車	プレジデント
月刊アサヒクラブPerson	monoマガジン
ゴルフダイジェスト	MORE
サライ	山と溪谷
週刊新潮	るるぶじゃぱん
週刊文春	歴史読本
週刊金曜日	