

「 食事から育む主体性

～楽しみながら体験する食育を目指して～ 」

毛呂山町立ゆずの里保育園

園 長 笠原 薫 氏

主査保育士 高田 宏益 氏

食事から育む主体性

～楽しみながら体験する食育を目指して～



毛呂山町マスコットキャラクター
もろ丸くん

毛呂山町立ゆずの里保育園



© 毛呂山町 2010

1：毛呂山町の概要

- ◆埼玉県南西部に位置
- ◆人口は約3万2千人（R6.7.1現在）
- ◆今年度、合併70周年
- ◆特産物：桂木ゆず
- ◆伝統：流鏝馬まつり
- ◆グルメ：豚玉毛丼



毛呂山町マスコットキャラクター
もろ丸くん





2：ゆずの里保育園の概要



◆平成25年4月に開設

- ・市街地に位置しているが自然も豊か
- ・園舎は木造平屋建てで埼玉県内の材木を多く使用
- ・園庭は全面芝生

◆園の方針

- ・日々の園生活が楽しく送れ、基礎的力がつく保育を行う
- ・思いやりの心を育て人間性を豊かにする保育を行う

◆園の目標

- ・丈夫で元気な子・のびのび遊べる子
- ・思いやりのある子・あいさつが出来る子



3：食育推進計画

スローガン：食を通じて健全な身体と豊かな心を育もう！

目標

栄養バランスの良い食事をこころがけよう

自分や家族の食生活や食育に関心を持とう

地域の中で食育を推進しよう

保育園の取り組み

- ◆ 離乳食や普段の食事について栄養指導、栄養相談を行い、望ましい食習慣、共食や食育の大切さについて普及啓発を行う
- ◆ 地元食材を活かした給食の提供を心がける
- ◆ 給食時間等における食に関する指導をすすめる



4：ランチルームの風景



2018年 新保育所保育指針へ改訂



保育者主体から 子ども主体の保育へ

食事も・・・

子どもが食べたい時に食べられる環境を設定したい

しかし・・・

職員の体制は？

食育指導は？子どもの様子が分からなくなるのでは？



2020年 コロナ禍による様々な制限

✧ピンチはチャンス✧

ランチルームの開設へ！！

- ・ホールやフリースペースをランチルームに。
- ・ランチルームを担当するのは、フリー保育士・栄養士・園長、副園長がメイン。

担任外の関わりが増加↑

ランチルームになってから
子どもの主体性を尊重することに重きをおき・・・



- ・ 食べる時間を決められた枠の中で選べる。
- ・ 自分のタイミングで「いただきます」と「ごちそうさま」。
- ・ 自分で食べる量を決められる。
- ・ 苦手な物は一口頑張ってみる。無理強いはしない。
- ・ 残っていても、食べたい物はおかわりできる。
- ・ 食べたいときに食べたいものを食べて良い。
- ・ ランチルームの職員も見守りや補助。様々な視点での関わり。



- ・自分のペースで食べられる。
- ・自分で量を決めることが出来ることで、食べる意欲につながった。
- ・子どもの気持ちに寄り添うことで、心地よく食事が出来ている。
- ・異年齢との関わりが増え、お互いに良い刺激となっている。

- ・食事のマナーへの対応が手薄になりがち。
- ・苦手なものが多い日は、残食が多くなってしまう。
- ・子ども一人一人の食事の様子を把握することが大変。



★子どもが主体的に食事を摂る姿が多く見られるようになってきた。
しかし、一人ひとりの食事の様子を細かく把握するには、今後も工夫が必要。。



気候や行事によって
食べる場所も変えて・・・

青空ランチ



子どもも大人も
楽しいランチ
を真ん中に！！

お弁当の日



給食センター見学





5 : 食育活動

★楽しみながら学ぶ

★自ら体験し、興味を持つ

★子どもの「こうしたい」「やってみたい」を実行

①パネルシアター

「のらねこぐんだんのおきゅうしょく
～歯に良い食べ物～」



★栄養士と協力し、10分程度のパネルシアターを公演

公演後の給食では・・・



ほうれんそうは、むしバイキン
たおしてくれるから、たべたよ！

おさかなは、はをつよく
してくれるんだよ！



②野菜作り・米作り

4月～7月
なす・ピーマン・ズッキーニ



4月～6月
じゃがいも



5月～10月
さつまいも



米作り

毎年、町の元職員だった農家さんにレクチャーしてもらいながら、発泡スチロール田んぼでお米作りを行っています。



③年長児 1年間のクッキング

7月 カレーづくり

10月 クッキーづくり

11月 スイートポテトづくり

12月 ケーキづくり

1月 おもちつき



④年長児の主体的なクッキング

1 1月 子どもたちが企画した「ごほうびキャンプ」にて。
「おやつをつくりたい!!」「焼きマシュマロを作りたい」



スモア作りに挑戦



1月 自分たちで栽培したお米を使って・・・
おにぎり作りに挑戦🍙



おにぎりの具材は何にしよう？



みんなで相談。

子どもたちが決めた具材を用意し、選択できるようにしました。



3月 ホットケーキ作りでは・・・。
ホットケーキのトッピングはどうしようか・・・。



- 👧「あまいクリームがいいな～」
👧「でも、〇〇くんはあまいもの嫌いだから食べられないよ」
👧「じゃあ、しょっぱいハムもいれよう！」「チーズもいいな」

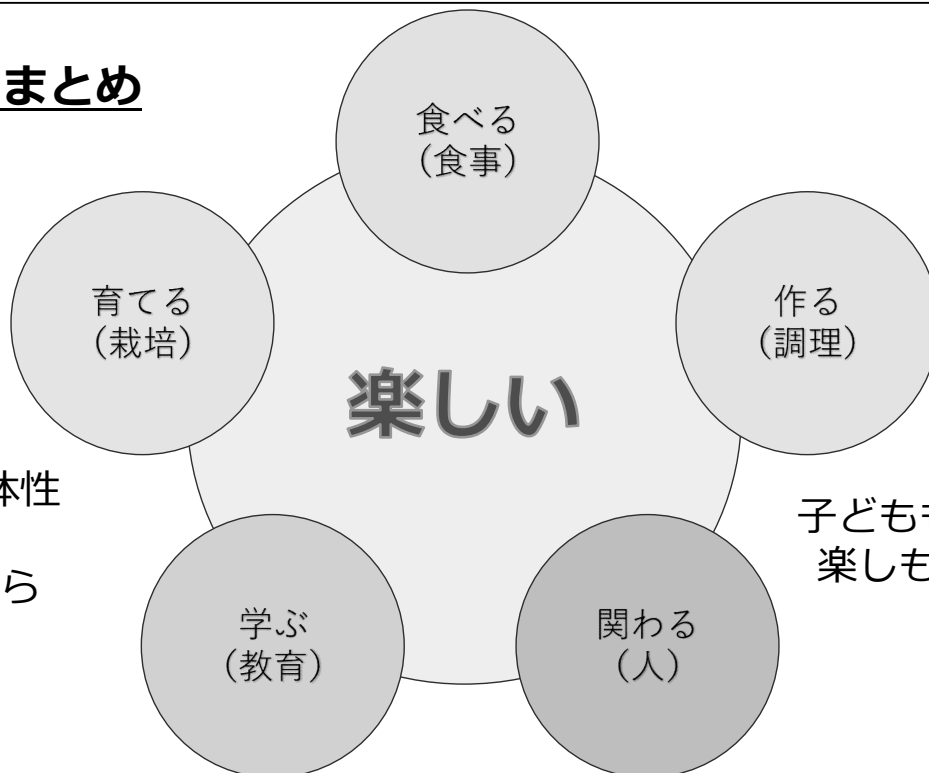


食事やクッキングを通して
「自ら考える力」「相手を思いやる力」が育ちました！！



6：まとめ

子どもの主体性
を
尊重しながら



子どもも大人も
楽しもう！！



© 毛呂山町 2010

7：今後の課題

★安心・安全の徹底

★職員間の連携と共通認識

★フードロスへの取り組み（SDG s への取り組み）

ご清聴ありがとうございました



© 毛呂山町 2010