

**「保育園における食育の取り組み**

**～カツオの解体見学から食物連鎖を知る～」**

**社会福祉法人誠心会 あおぞらウィンクルム保育園**

**園長 大野 智子 氏**

---

# 保育園における食育の取り組み

～カツオの解体見学から  
食物連鎖を知る～



あおぞらウインクルム保育園

おおの さとこ  
園長 大野 智子

令和7年9月22日(月)



## のびのびプラザ大宮<sup>2階</sup>



平成25年4月開園

定員:90名

0歳児 6人

1歳児 15人

2歳児 15人

3歳児 18人

4歳児 18人

5歳児 18人

\* さいたま市大宮区桜木町1-185-2

\* 大宮駅西口徒歩3分



# 社会福祉法人 誠心会

法人設立：平成14年11月27日



あおぞら保育園  
開園時間：7:30～19:30

平成15年4月1日開園 定員90名  
さいたま市中央区上落合

あおぞら西保育園  
開園時間：7:30～19:30

平成23年4月1日開園 定員90名  
さいたま市西区宮前町

あおぞらウインクルム保育園  
開園時間：7:00～20:00

平成25年4月1日開園 定員90名  
さいたま市大宮区桜木町

あおぞらウインクルム保育園第2  
開園時間：7:00～19:00

令和4年4月1日開園 定員40名  
さいたま市大宮区桜木町

子育て支援センターにし

平成29年4月1日 さいたま市の委託事業  
さいたま市 西区三橋

【主な事業】・乳児保育事業 ・延長保育促進事業 ・地域子育て支援事業  
・休日保育事業 ・保育所地域活動事業 ・トワイライトステイ事業  
・こども誰でも通園事業

## 主な食育内容(年間)

4月 春の食材に触れる

5月 春のピクニックランチ・田植え  
赤しそジュース作り(試飲、生ゆかり試食)

6月 イワシの手開き(つみれ作り)・野菜ちぎり・パン作り

7月 とうもろこしの皮むき・流しそうめん・手打ちうどん作り

8月 すいか割り・夏野菜の収穫体験

9月 餃子づくり・トマトカレー作り  
カツオの解体見学(かつおスティック試食)

10月 お月見だんご作り・秋のピクニックランチ(おにぎり作り)  
きのこほぐし

11月 レストランごっこ・だしの香り味覚体験

12月 ローストチキン作り見学(試食)・鏡もち作り見学

1月 切り干し大根作り・ピザ作り

2月 炊き込みご飯と切り干し大根のサラダ作り

3月 お別れ会食・三色ひなずし作り・クッキー・お茶会・ピザ作り

## 視点

- 食べ物を残さず食べることの大切さを、クッキング体験や食物連鎖などを通して、分かり易く伝えるために、子どもたちが目でみてわかる方法で伝えていきたいと考えて行っている。
- カツオの解体見学から、おやつ（カツオスティック）が出来るまでの様子や経節になる話しなどを聞いて、食べることへの意欲・興味・関心を伸ばしていく。  
また、それを口にすることで味の変化や食感、風味に気付くことが出来る。
- 食育活動を通して、命の大切さ・食物の大切さに自然と気付くことが出来るよう、子ども達の言葉や呟き、感動する姿等を通して、今後の保育に活かしていく。



## ～これまでの食育活動の流れ～

4月

食育の日 「朝ごはんの大切さ」を考えよう  
春の食材に触れる



# ～これまでの食育活動の流れ～

5月

春のピクニックランチ  
田植え・赤しそジュース作り



食育マジック



# ～これまでの食育活動の流れ～

6月

イワシの手開き



～これまでの食育活動の流れ～



パン作り

6月

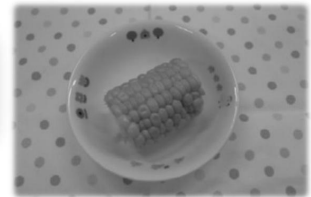
野菜ちぎり



～これまでの食育活動の流れ～

7月

とうもろこしの皮むき



# ～これまでの食育活動の流れ～

7・8月

手打ちうどん作り (5歳児)

流しそうめん・スイカ割



9月

# ～これまでの食育活動の流れ～

お月見団子作り (5歳児)

餃子づくり (5歳児)



😊めん棒で丸く伸ばします



## ～これまでの食育活動の流れ～

10月

秋のピクニックランチ



## ～これまでの食育活動の流れ～

10月

市長現場訪問

清水市長と  
一緒に記念メ  
ニューをいた  
だきました。



ツールドフランス記念メニュー

- ・サフランライス
- ・チキンソテー  
～プロバンス風～
- ・ミモザサラダ
- ・ペイザンヌスープ

～これまでの食育活動の流れ～

11月

レストランごっこ



～これまでの食育活動の流れ～

11月

秋に美味しい  
きのこ入りケーキサレ作り

きのこほぐし、玉ねぎの皮むき



～これまでの食育活動の流れ～

12月

ローストチキンづくり見学



～これまでの食育活動の流れ～

12月

鏡もち作り実演



## ～これまでの食育活動の流れ～

1月

切り干し大根づくり  
ピザ作り



## ～これまでの食育活動の流れ～

2月

炊き込みご飯  
切り干し大根のサラダ



## ～これまでの食育活動の流れ～

3月

三色ひな寿司  
クッキーづくり



### 【旨味体験の様子Ⅰ】

紙コップには  
①「かつお出汁」  
マグカップには  
②「昆布出汁」を入れ、  
グラスを半分に分けて、  
①を先に飲むグループと、  
②を先に飲むグループに  
分けて2種類の出汁を  
飲み比べました。



## 【旨味体験の様子2】



2番目の方がおいしいね!  
2番目の方が味がする!!

一口ずつ大事そうに  
口にする姿が見られました。

2種類の出汁を飲んだ後、  
どちらがよりおいしく  
感じたか、手を挙げて  
もらいました。



## 【旨味体験の様子3】

グルタミンサン

イノシンサン

味の相乗効果

不思議だね～



すごだね～

## カツオの解体見学



### カツオの一本釣り

魚を釣るところから実演し、  
大きい魚のカツオは『1本』  
と数えることを学びました。



## カツオの解体見学



魚の頭をおとして  
内臓をみると...





なんと！  
カツオの内臓から  
食べたイワシが  
出てきました！



## 子どもたちの姿・反応・声



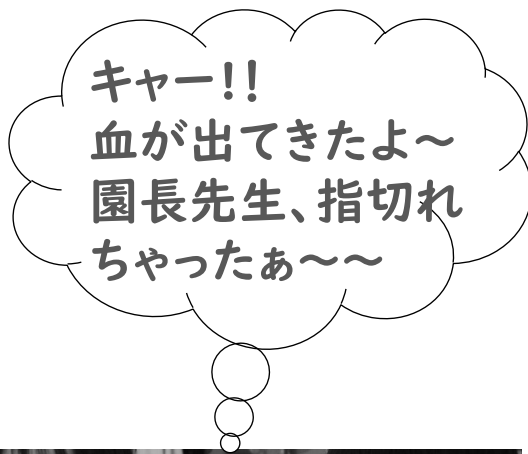
2歳児の子どもたち

3歳児の子どもたち

どのクラスの子どもたち  
も真剣にカツオの解体  
の様子をみていました。



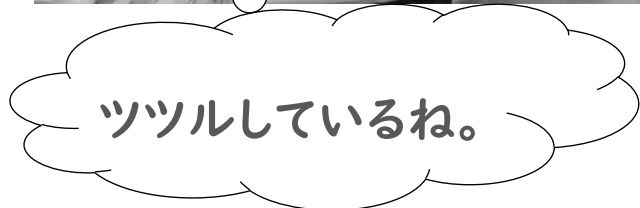
## 子どもたちの姿・反応・声



4・5歳見の子どもたち



## 4・5歳見の子どもたちは 実際に触ってみました



## ～生のカツオとかつお節の 臭いの違いを体験しました～



生臭いなあ～。



いいにお～い!

## ～カツオの竜田揚げを実演～



～揚げている時の音を聞いて～  
「いいにおい!!」  
「早く食べたいなあ♪」



## 試食タイム♪



お魚が  
ふわふわ～～  
ゆっくり味わって  
食べよう～。

できたての竜田揚げは、  
お魚が柔らかくて、  
おいしいなあ～～！



## お昼寝の後、園児全員がおやつで カツオスティックを食べました。

おいしいね！  
おかわりはある？  
お家でも  
作ってもらおう  
かなあ…





1・2歳児の  
子どもたちも  
おいしそうに  
食べていました！

後日・・・





カツオ節を  
見せて、におい  
や固さを  
体験しました。

## かつお節（雄節）を実際に嗅いでみました

醤油みたいな  
匂いがするぞ〜。



家でもおばあちゃんが  
削ってくれる。

## 解体見学後の子どもたちの変化…



3歳児の子どもたち



お魚のおかわりも良くするようになりました。

## 解体見学後の子ども達の変化…



4・5歳児の子どもたち



お魚を残さず食べるようになりました。



ご清聴ありがとうございました