

むくのきだより 7月号



令和7年7月1日 港区立赤羽幼稚園 園長 中村 美奈子



健康な心と体をつくる～食育の充実～

園長 中村 美奈子

赤羽幼稚園の園庭に、組み立てプールを設置しました。今年は、強すぎる日差しを遮ることができるようにプールを覆う大きいテントも購入しました。学級ごとに水遊びを楽しんでいます。また、近隣保育園の子供たちも水遊びに来園しています。

畑の水やりをしていた年長ゆり組の子供たちが、土から新ジャガが見えていることに気付き、みんなでイモ堀りをすることにしました。茎を力いっぱい引っ張ると、ジャガイモが出てきて大喜び！茎を取り除いた後も、ジャベルで土を掘ってみると、子供の手よりも大きいジャガイモが次から次へと出てきました。年長ゆり組の子供たちで数えたら、なんと大中小合わせて300個以上！早速、先生に「こふきいも」にしてもらって、お弁当の時間に食べました。ほくほくしておいしかったです。そこで、今度は、みんなでカレーを作ることにしました。玉ねぎ、ニンジン、カレールーも年長ゆり組の子供たちが八百屋さんに行きました。そして、エプロンや三角巾をして、調理にも挑戦です。幼稚園の先生や、カレー作りの先生(三田地区委員会の方々)に手伝ってもらって野菜を切りました。しばらくすると、職員室からいい匂いがしてきました。年長ゆり組と年少さくら組の子供たちは、みんな遊戯室に集まってお昼の準備。そして、大きな鍋が2つ遊戯室に運ばれてきました。この日は、ご家庭にご飯だけをお弁当箱に入れていただくようお願いをしてありました。年長ゆり組の子供たちは、自分や年少さくら組の子供のお弁当箱を持って、お鍋の前に並びます。そして、慎重にテーブルに運びました。私も子供たちと一緒にカレーを食べました。「おいしいね！」「わたしが切ったニンジン、おいしい！」「ぼく、ジャガイモ切ったよ！」みんな、にこにこして食べていました。園庭で育てているナスも職員室で調理して、子供たちのカレーに添えました。ナスが苦手な子も、おいしそうに食べていました。カレーは、2回もおかわりをした子もいて、お鍋は空っぽになりました。

幼稚園教育要領には、「健康な心と体を育てるためには食育を通じた望ましい食習慣の形成が大切であることを踏まえ、幼児の食生活の実情に配慮し、和やかな雰囲気の中で教師や他の幼児と食べる喜びや楽しさを味わったり、様々な食べ物への興味や関心をもったりするなどし、進んで食べようとする気持ちが育つようにすること。」とあります。育てたものや調理したものを食べてみたい、食べたらいちがかったという経験や、みんなで食べるとおいしいと感じる経験を積み重ねることを赤羽幼稚園では大切にしています。併設園ということで、赤羽小学校の給食体験や栄養士からの食育体験も年間を通して計画しています。園庭で育つ野菜や果実は、十分なほど収穫できないこともありますが、分け合って食べるよさもあるなと思っています。これからも、「おいしいね。」「おいしいね。」

と笑顔を交わしあいながら、食べる機会を大切にしていきます。

