

# とうきょう すくわくプログラム活動報告書

太陽の子巣鴨駅前保育園
東京都豊島区巣鴨1-14-8中野ビル2.3階
HITOWAキッズライフ株式会社

## 1. 活動のテーマ

<テーマ>

つくる

<テーマの設定理由>

(テーマに関する子どもの興味関心、園の特色など)

去年度から色々な野菜を栽培してきた。その影響から野菜の育ちや、収穫したものを使ってクッキングすることを楽しみにする姿が多く見られた。

「食」は人間の三大欲求の一つである。野菜の栽培から収穫、収穫したものを使って『自分の食べるものを自分で作る』ことにより、食の大切さ、楽しさを学び、食に対する探求心をより深めていきたいと思い、「つくる」をテーマとした。

## 2. 活動スケジュール

4月28日	<b>【ハーブの苗植え】</b> 親子クッキングで使うバジル、レモンバーム、パセリの苗を植える。 購入物→バジル・レモンバーム・パセリの苗・土 育てる植物について保育者が下調べを行う。  <b>【夏野菜のピーマンの苗を植え】</b> 購入品→ピーマンの苗・土 ☆毎日水やりをする。 ピーマンの栽培について資料を基に学ぶ。 子ども達と水やりをすると共に、栄養剤の補給や葉の間引きを行う。
7月15日	<b>【バジル、レモンバーム、パセリ収穫、観察】</b> 収穫した栽培物を観察する際に、収穫したままの物・乾燥した物を用意して、比較できるような物的環境を整える。
7月16日	<b>【親子クッキング(育てたハーブを使ってカレー作り)】</b> カレーのレシピを栄養士と確認する。保護者を巻き込んでクッキングを行なう上での注意事項を携わるスタッフで共有する。
	<b>【ピーマン収穫】</b> 5月30日、6月17日、6月27日、7月10日、8月6日、8月20日 給食のおかず等に入れてもらい食べる。 給食のメニューと照らし合わせて、献立に入れられる物を栄養士と相談する。
9月3日	<b>【ピーマンを使ってピザ作り】</b> ピザづくりのレシピを調べる
9月30日	<b>【育てたレモンバームを使ってニンジンプリッツ作り】</b> プリッツのレシピを栄養士と相談する。
10月14日	<b>【ブロッコリーの苗植え】</b> 購入品→ブロッコリーの苗・土 ☆毎日水やりをする
2月初旬	<b>【何を作るか話し合い】</b> ブロッコリーを使ってどんな料理を作りたいかクラスで話し合いをする。
3月中旬	<b>【ブロッコリーを使ったクッキング】</b> ブロッコリーを収穫しクッキングをする。 ブロッコリーを使用したレシピをいくつか探しておく。

## 3. 活動のために準備した素材や道具、環境の設定

(活動のためにどのような環境を設定したか、準備した素材や道具)

- ・テラスにて、ピーマン、レモンバーム、パセリ、バジル、ブロッコリーの栽培。
  - ・毎日の水やりを当番活動に取り入れた。
- 栽培で用意したもの→土、プランター、スコップ、苗(ピーマン、レモンバーム、パセリ、バジル)、ジョウロ
- ・栄養士、保護者に協力してもらいクッキング(親子クッキングでカレー作り、ピザ、人参プリッツ)を行った。
  - ・カレー作り、ピザ作り、人参プリッツ作り、ブロッコリーのクッキングの材料、道具の準備

#### 4. 探究活動の実践

##### <活動の内容>

###### 「ピーマン・ハーブを作ってみる」

昨年度までの経験から、野菜を栽培するにあたり「虫にたべられないかな？」と心配する声があった。以前、卒園した年長児が虫よけにハーブと一緒に育てていた事を伝えると「じゃあ自分達も育ててみよう！」と栽培に繋がる。

・ピーマン、ハーブの栽培、収穫

休日を挟み、収穫が遅れると「赤くなっている」とピーマンが赤色に色づいていることに気が付く。保育者と子どもと一緒に調べてみた結果「おひさまに当たると赤くなるんだって！いちごみたい！」と色の変化について学んだ。

・ピーマンはクッキングの他に給食で食べる機会も設けた。また「たくさんできたから、他のクラスの子も食べたいかな？」と子どもが発案して、他クラスにもおすそ分けをして園全体で食べた。

他クラスの子どもや保育者に「美味しかったよ」と声をかけてもらおうと「また分けてあげるよ」と得意げな様子だった。

###### 「親子クッキング、自分で作ったハーブでカレーを作る」

・ハーブを収穫して行く中で「ピザの匂いがするかも」「こっちはレモンの匂い」と種類ごとの違いを発見していた。また匂いから様々な料理を連想していた。

スパイスやハーブを使った料理を調べて行く中で、カレーにも様々なハーブが使われていることを知る。以前親子クッキングを計画する中で「カレーならお家でも一緒に作ったことがある」と言っている子の話が広がり、親子クッキングでカレーを作ろうという話が出ていたので、世界の料理が「インド」の月に親子クッキングでカレー作りをおこなうことになった。

栄養士にレシピを聞く中で「葉っぱをバリバリにしないといけないみたい」と気が付き、再度栄養士に相談してみると、調理室で使用している器具で乾燥で乾燥してもらうこととなった。翌日のクッキングで使用する。

・親子クッキングで収穫したハーブを使用してナンとカレー作りを行う。

「毎日水をあげてお世話をしたの」「小さい葉っぱを間引きすると大きな葉っぱになるんだよ」とクッキングの中で、保護者にお世話の様子を説明していた。

保護者と完成したカレーをナンと一緒に食べると「おうちでも作ってみようよ」「お父さんにも食べさせてあげたいな」と家庭でも取り組んで見たいといった声があがる。用意していたレシピを保育者が記す内容を確認して親子で計画をたてている家庭もあった。

###### 「自分で作った野菜でおやつを作る」

・収穫したピーマン、レモンバーム、ブロッコリーで食育を行う。

・ピーマン→ピザ作り

・バジルを育てた際に「ピザも作ってみたい」との声があった。夏の暑さが厳しくハーブはタイミングが合わずにピザにはできなかったが「ピーマンもピザに合いそうだね」「ピザ作りできるかな？」との発案があったので、ピザ作りを

計画してクッキングを行う。ピザを食べている際には「緑は苦いけど赤は甘くなっているね」と味の違いを実際に食べることで感じていた。

・レモンバーム→人參プリッツ

・にんじんプリッツを食べた際に「この間食べたハーブの味がする」と感じた子がいた「今ハーブができていからこれも入れたらおいしいかも」との発案があり、次回のクッキングで作ってみようということになった。

・ブロッコリー→子どもたちと決める。

<活動中の子供の姿・声、子供同士や保育者との関わり>

(活動の内容、活動中見られた子どもの姿、保育者との関わり等)

・保護者と一緒に行くクッキングを設定していたので、子どもたち発案のカレー作りを保護者と一緒に行った。事前にどのような材料を使うのかや、配置を「どうしようかな?」と考えていると「僕たちが作り方を教えてあげないと」「ハーブの匂いの違いを教えてあげよう」と保護者と一緒にクッキングをすることをとても楽しみにしている姿が見られた。

・ハーブの栽培では、収穫時と乾燥した物をすり潰した香りの違いに気が付いていた。

「指でこすると匂いがつくよ」「潰すともっとにおいがするようになった」と友だちや保育者と共有していた。保育者が「どこかで嗅いだことがあるような・・・」と持ちかけると「ピザの匂いかも」「家で使っている虫よけと同じ匂い」と自身の体験を保育者に伝えていた。

・親子クッキングでは、食べる際にカレーの中に自分たちで育てたハーブの姿を探して「この匂いはレモンバームかも」「バジルは少し苦いね」と味わおうとする姿があった。独特の香りや味わいから「いつものカレーと違うね」「お家で食べるのは葉っぱの味はしないよ」と日頃食べているカレーとの違いを楽しんでいた。また栄養士に「他に入れたら美味しいものは何かな?」「トマトを入れるととてもおいしいね」と関わる様子もあった。

・カレー作りはレシピを掲示、配信したことで「おうちでも作ってみたいよ」「ナンがもっとフワフワにできたの!」「お兄ちゃんも美味しいって言っていたよ」と後日家庭でも挑戦している姿があった。連絡帳に写真を載せてくれる家庭もあり、保育者や保護者、子どもと一緒に振り返ることもできた。保護者からは「園での活動の様子を実際に体験出来て良かった」との声をいただいた。

・ピザ作りでは、好きな具材を選んでトッピングできるようにしたことでそれぞれがオリジナルのピザを作ることを楽しんでた。また、餃子の皮をピザ生地代わりにしたこともあり「ぎょうざピザにしよう」と生地に具材を乗せた後に餃子のように生地を半分に折る子もいた。

・人参ブリッツは生地作りを行った。生地を作る際に、色々な材料を混ぜて生地にした。他のクラスが食べる栄養士が作った物と食べ比べを行った。その中にレモンバームを乾燥させ粉々にしたのを見つけると「こっちはレモンバームの匂いがするかも」とレモンバームの味や匂いがするか探していた。

・保育者が「味の違いはある?」と尋ねると「味はあまり変わらないで匂いが違うね」という子が多く見られた。



## 5. 振り返り

### <振り返りによって得た先生の気づき>

- ・あまり馴染みのないハーブを使用した食育であったが、匂いの違いや調理方法を楽しむ姿が見られてよかった。
- ・自分で作った物で食べる物を作ることで、『育てる一食』に繋がるの一連の流れが体験できて良かった。
- ・園の食育活動を保護者にも体験してもらえるいい機会となった。
- ・様々な調理方法の食育を行うことで、作る楽しさや食の大切さを感じられていた。食育を通して食への理解を深めることが出来ていたと思う。また、作った物を食べる経験を通して、食べることの楽しさや、色々な食材との出会いを体験し、五感で感じながら楽しんで行うことが出来た。

今年度で卒園となるため、就学先で本園で経験したことを活かして、食に親しみを持って育てて欲しい。