

# 平成25年度 食育報告

平成25年度、様々な食育活動に取り組みました。  
各年齢ごとにご紹介致します。

## 「3歳児」

9月 『キャベツの塩昆布漬け作り』

<目的> 食材に触れ、感触、におい、色を五感で感じる



10月 『お箸の正しい持ち方』

<目的> お箸の正しい持ち方を学ぶ

11月 『ピザトースト作り』

<目的> 自分で選択し、調理する達成感を味わう



1月 『三色食品群について』

<目的> 食べ物の働きを知り、好き嫌いなくバランス良く食べるようになる



3月 『アンパンマンライス作り』

<目的> チキンライスの上に材料をのせ、アンパンマンの顔をつくる



## 「4歳児」

7月 『野菜の下処理（玉ねぎ・ピーマン）』

<目的> 野菜の原型、中身を知り、食材により中身の違いを見て感じる



9月 『うどん作り』

<目的> 材料の変化を見・体験する





10月 『噛む大切さについて』

<目的> 「噛む」事について、どのような必要性があるのかを伝える

『おにぎり作り』

<目的> お米の成長過程を知る。お米を洗い、炊き上がったお米でおにぎりを作る

『魚のほぐし方指導』

<目的> 魚のほぐし方を学び、自分で食べられるようになる



11月 『お芋の違い』

<目的> じゃが芋、さつま芋、里芋の見た目、味、食感の違いを知る



1月 『3色食品群を知ろう』

<目的> 赤、黄、緑に分類し、それぞれがからだにどう働くか知る

3月 『人参ケーキ作り』

<目的> 調理を通して、楽しむ、ピーラーの使い方を知る



# 「5歳児」

5月 『包丁の使い方』

<目的> 具材を包丁で切り、みそ汁を作る



6月 『カレー作り（お泊り保育）』

<目的> 具材の皮むき、包丁で野菜を切り、カレーを作る



9月 『食材地図』

<目的> 普段口にしてる食べ物の産地を知り、食材、収穫時期等を確認し、食への関心を深める



10月 『お月見まんじゅう』

<目的> おまんじゅう作りを楽しみ、十三夜の意味を知る

『魚のほぐし方指導』

<目的> 魚のほぐし方を知り、マナーを身に付ける



# 11月 『焼き芋』

<目的> 自分たちで収穫してきたお芋を使い、旬の食材・季節感を味わう



# 1月 『三色食品群について』

<目的> 毎日の給食に使われている食材で、赤・黄・緑の3つの食品群のどれになるか子どもたち自身が知り、食への関心を高め、3つの食品群への知識を深める



# 3月 『桜餅作り』

<目的> 季節の食材を使用し、四季を味わう

