



# 食育

の取り組みを紹介します

食という字は  
人を良くすると書きます



## 絵本のごちそうの日

「大好きな絵本の中に登場する美味しそうなおちそうを食べてみたい！」そんな子どもたちの願いを叶えてくれる、体も心も豊かに育む『絵本のごちそうの日』です。しろくまちゃんのホットケーキや、はらぺこあおむしなど絵本から飛び出した給食やおやつを楽しみます♪



## 食材に触れる

年間を通して、食材に触れる活動を取り入れています。自分たちの関わりのある食材が給食に出てくると、ちょっと特別に思えて、食べる意欲へとつながっています。

春：筍の皮むき・スナップエンドウのすじ取りetc…

夏：トウモロコシの皮むき・新玉ねぎの皮むきetc…

秋：しめじ裂き・おにぎり作りetc…

冬：白菜ちぎり・小松菜ちぎりetc…



## クッキング

包丁や火を使うことばかりでなく、皮をむいたり、生地を混ぜたり、つぶしたり。料理は食材を見て、触って、調理の音を聞いて、匂いをかいで、味を味わうといういくつかの感覚を体験することができます。そしていつも大人がしてくれているのを見ているので、ちょっと大人になった気分も味わえ、達成感や自信、満足感、感謝の気持ちにつながっていきます。

