

食育通信

令和元年
12月号



令和元年 12月 1日発行
担当：阿賀野市健康推進課
健康づくり係
電話：0250-62-2510
内線 2621

～ みんなで考えよう！食育のこと～

食育重点目標 「家族で毎日朝ごはん(米飯)」～家族で「朝ごはん」を食べる習慣をつけましょう！～

子どもたちの食育体験！！ ～たちばなこども園～ 野菜作りと収穫体験をしました！

たちばなこども園では毎年、年少・年中・年長組が野菜を育てています。各クラスで、夏に収穫できる野菜の中で「好きな野菜」「苦手な野菜」などを話し合っ、みんなで育てる野菜を決めます。今年は、年少組は「きゅうり」、年中組は「ピーマン」、年長組は「おくら」を育てることにしました。



園児たちは、それぞれの野菜の苗を植えて、当番を決めて毎日忘れずに水やりなどお世話をし、大切に育てました。

野菜が育って、茎や葉が伸びていき、花が咲き、実がなり、だんだんと大きく育っていくようすを園庭に遊びに行くときに、毎回見にいっている子もいました。

待ちに待った、きゅうりの実がなり始めたときには、「きゅうりの赤ちゃんのが生まれた！」と、かわいい声が聞かれました。

実った野菜は、子どもたちが順番に収穫をしました。収穫した野菜はお土産として、家に持って帰って食べてもらいました。

昨年きゅうりは「うどん粉病」にかかり早々と枯れてしまいましたが、今年は病気にも負けずぐんぐん育ち、5回も収穫ができました。子どもたちに苦手な子が多いピーマンですが、自分たちで育てたピーマンは「食べることができた！」という子も多かったです。



園では、畑で育てた野菜だけでなく給食やおやつに使われる、トウモロコシの「皮むきやヒゲとり」、さやえんどうの「スジとり」のお手伝いをしてもらっています。お手伝いを通して、その日の給食やおやつに関心も高まり、子どもたちの食欲増進にも繋がっています。

初めてぶどう狩り体験をしました！

たちはな保育園では今年初めて、年中組、年長組の園児が、阿賀野市の中瀬にある「紫玉園」にぶどう狩りに行きました。当園ではぶどう狩りは初めての試みでした。子どもたちは、木に沢山実っているぶどうを楽しそうに摘み取っていました。保護者の方からも「子どもがいろいろな体験が出来てよかった」とお話がありました。



年少組は例年どおりサツマイモ堀りを行いました！



子どもたちが、体験の後描いた絵にも、ぶどう狩りやサツマイモ堀りの、楽しかったようすが表れていました。

食欲はすべてにおいての「意欲の源」です。これからも、園では年齢ごとに成長の過程にあった様々な取り組みや経験を通して、子どもたちみんなが、「なんでもよく噛み、なんでもよく食べ、元気に育つ」ように、今後も食育活動に取り組んでいきたいと思えます。

※この記事に関するお問い合わせは 社会福祉課 児童福祉係へ 電話 62-2510 (内線 2152)

助産師、栄養士の にこにこなんでも相談やってます!!

子育て支援センターにこにこ（あがの市民病院敷地内）で助産師（月2回）、栄養士（月1回）が子育てについての相談をお受けしています。事前予約はいりません。何でもお気軽に相談してください。お待ちしております。

母乳の量は足りてる？
回数はこちらでいいの？

離乳食を食べ
てくれなくて

スキンケアの方法は？
おむつかぶれの対処法は？

だっこの仕方を
教えてほしい

寝かしつけの良い方法って
あるの？

好き嫌いを治す
方法ってあるの？

食物アレルギーって
言われたけどどうす
ればいいのか？

など！どんな相談でも！

※お問い合わせは、子育て支援センターにこにこ 電話 62-5581
または 健康推進課 子育て係へ 電話 62-2510 (内線 2611)

「あがの食育・元気づくり応援団」～私たちは阿賀野市に元気づくりを発信しています！～

(株)原信水原店、イノウエスポーツ、(有)安田興和農事、(株)めんつう、生鮮の杜キッズ
リズムハウス瓢湖、風雅の宿 長生館、安田商工会、(有)お菓子の龍宝堂、
瓢湖屋敷の杜ブルワリー・ザ・レストランズワンレイク、水原商工会、(株)関口商店、カフェ木いちご
五頭温泉郷旅館協同組合、NPO 法人 阿賀野市総合型クラブ スポア、みやした整体院



※阿賀野市の食育・元気づくりの取組みに賛同してくれる施設（飲食店、スーパー、商店、企業、団体、宿泊施設等）を
随時募集しています。（問合せ：健康推進課 健康づくり係 市HPで募集内容が確認できます。）

… 毎月 19 日は食育の日 毎年 6 月は食育月間 …