



仲良く食育プロジェクト

～おいしく 楽しく ひろげよう 食育のWA!!～



福島福祉施設協会

福島隣保館保育所

福島保育所 瀬上保育所

福島わかば保育園

福島ふたば保育園

飯坂保育所

令和5年度の活動を通して

心身の健全な成長のために「楽しく食べる子どもになってほしい」との願いから
子どもたちと楽しみながら進めてきた食育活動

令和5年度は「仲良く食育プロジェクト」をテーマに
福島隣保館保育所・福島わかば保育園・飯坂保育所と一緒に食育活動に取り組みました
初めての田んぼにドキドキ！田植えや稲刈り体験🌾
美味しさ倍増！くだもの丸かじり🍎
もくもくけむりも楽しかった焼き芋会🍠
ほかの保育所のみそはどんな味？おいしかったみその食べ比べと新米おにぎり🍙 などなど

時には農家さんや果樹園さん 東北クボタさんなどその道のプロの方の力もお借りして
たくさんの「人」と「笑顔」と一緒に食を楽しみ
より興味がわき関心が深まりました
その体験は 食べることのみならず
生きることの基礎につながっているのだと
食育の持つ力を改めて知ることができた一年でした



令和5年度の3施設での取り組み

《 水耕栽培ってなんだろう？ 》 2歳児クラス

<大根編>

毎日水を替えて、大根の生長を見守りました。



クンクン...
どんな匂いするかな

「だいくん」と「こんちゃん」、
お風呂に入ってるね～



興味津々に始まった水耕栽培！
茎が少しずつ伸びてくると、二つの大根に「だいくん」「こんちゃん」と名前を付けて観察しました。また、「おっきくなってる～」と子どもたちから大根や人参の生長の変化を感じられる言葉が聞こえてきました。

見て、触って、嗅いだ野菜を感じたままに表現し、味わうことができた子どもたちです！



あっという間に伸びた茎。
給食に大根が出てくると、「同じだね」と子どもたちからの気づきがありました。
また、生長した大根の葉は給食のみそ汁に入れてもらい、おいしくいただきました！



<人参編>



これ、にんじん？

どれくらい大きくなったかな？
伸びてる 伸びてる！



茎や葉が伸びた人参は、プランターの土に植え替えましたが、残念ながら枯れてしまいました。

《 リンゴ狩り 》 3歳児クラス

りんご畑

福島隣保館保育所と
飯坂保育所との合同リンゴ狩り



「おいしいりんごは、あかくて
おおきいよ。
頑張ってとってくださいね。」



といたてのりんごをご馳走してもら
いました。



クッキング



みんなで切ってみよう！！
「包丁を使う時の約束！誰の手にするか覚
えてる？」どうしたら上手にできるかな
「ネコの手だよ」「もう分かるよー」
一人ひとり順番に包丁で切りました。

りんご畑に行って実際に木から自分
の手で収穫できました。
ご馳走になったりんごは、いつも以
上に美味しくて、苦手な子もたくさん
おかわりして食べていました。見て、
触って、匂いをかいで味わう体験がで
きました。「果樹園の皆さんありがと
うございました。」

りんごの皮をお
いて見せると…
「わあへびみた
い！」「長いね
～」「おもしろ
い！」

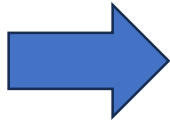
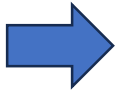
りんごを煮ていると…いい匂いがし
てきたね。
餃子の皮にくるんでアップルパイ出
来るかな？



所長先生にも
ご馳走しました。
「おいしくでき
ました。たべて
ください。」

《 きのこと栽培 》 3・4歳児クラス

栽培キッドでしいたけを育てました



クッキング



原木で・・・



もこもこと出てきた
しいたけにびっくり！

きのこのいいにおいがする～
赤ちゃんきのこがでてきた！



保育室でお世話をしていたしいたけを毎日観察していると、小さな赤ちゃんきのこを発見！それから大きく育ったきのこを収穫しふわふわした感触に感動していた子どもたち。匂いを嗅いだり、触れたり…五感で楽しんでいました。

しいたけとひらたけの原木栽培にも挑戦しました。水やりをしたり、暗く湿っている場所に置いたり、試行錯誤しながらお世話しましたが、出てくる気配はありませんでしたでも、諦めずにバトンパスしながら、今後もお世話を頑張ります！

収穫したきのこを使ってクッキングをしました。ピザやきのこご飯が出来上がったときのきのこのいい香りに、「おいしそう！」と大喜びでした。また、干しシイタケにしたものをお湯でもどしてみても、お湯の色の変化や感触の違いに気付いて教えていました。



さつまいもを育てました



4歳児クラス

畑でさつまいもを育てました



芋ほい



たくさんできました！



福島隣保館保育所と
福島わかば保育園と
飯坂保育所での合同やきいも会

やきいも会



美味しい焼き芋が出来ますように！
やさしくイモを包んで、焚火の中へ入れました。
焼けるまでみんなでゲームをして遊び楽しみに待っていました。



福島わいわい市民農園での苗植えとさつまいも掘り。
保育所でも畑で水やりして育てました。
とても大きいさつまいもを、自分の手で獲ることができて「おおきいね」「ひっぱるのが楽しかった」と、喜んでいました。お世話をする大変さや収穫する喜びを実体験できました。



クッキング



収穫したさつまいもをやきいも会やクッキングをして美味しく味わうことができました。
やきいも会では、熱い火を見ることができ、ホカホカの芋をたくさんの友だちと味わうことができました。



さつまいもごはんやスイートポテトを作って食べたよ！



≪ お米作り ≫ 5歳児クラス



広い田んぼで3施設みんなで田植えにチャレンジしました。地域の方に田植えについて教えてもらい、苗を丁寧に植えていきます。

栽培経過表

7月 バケツ稲のようす

福島福祉施設協会

しぜつめい	ふくしまりんぱかんぽいしょ	いしざかほいしょ	ふくしまわかばほいせん
ようす			
コメント	7がつにたんぼのかんきつをしてきたことによりばけつ稲のちがいをみくらべることができた。「おおききはいちばんがまどつてい」こときき、とまだとはなしていた。あつきにより、ばけつのあずがすくなくってると、こどもたちがきづき、みずをたしたり、しよくいんにおしえたりするすがたがみられる。	稲が大きくなったので中干しをしました。(7月6日)日照りが強く、中干し後に稲が茶色くなってしまいました。茶色くなったところをみんなと取りました。(7月12日)追肥しました。ぐんぐん生長中です。(7月26日)	ようやくいねがいきおいをつけ、ぐんぐんのびはじめました。みずやりとうぼんのびっかりとおこない、とうこうしょのときにもせいちょうをみまもるすがたがみられています。



お米の苗の生長を間近で見ることができるよう、保育所でもバケツ稲でお米作りを行いました。3施設の生長の様子は毎月データでのやりとりをしました。



栽培経過表 11月 バケツ稲のようす

最終版

福島福祉施設協会 このしめつけいねさいいはおしまとなります！

しぜつめい	ふくしまりんぱかんぽいしょ	いしざかほいしょ	ふくしまわかばほいせん
ようす			
コメント	米の脱穀と精米を行いました。栄養士から方法を教えてもらいながら真剣に取り組んでいました。以前に参加した「食育講座～米のみみつ～」とも関連付けながら参加している子が多数見受けられました。バケツ稲を育て、収穫し、食べるまでの経験から米を食べることへの感謝の気持ちを改めて持つことができた様子でした。その後、保育室内で米とぎから炊飯をして、おいしく食べることができました。	手作業で脱穀をしていましたが、大変な作業だったので、南東北ガタの方から稲刈りの機械をお借りして作業しました。あっという間に実刈になり、子ども達はびっくりです。機械の中を見せてもらい、強い風で飛ばして稲をとることを教えてもらいました。たくさん収穫出来て大興奮でした。	やっといねをおこなうことができました。かまではなくはきでいねかりをし、おなじクラスのちいさいともだちにもいねかりのやりかたをおしえてあげました。ぎゅうにゅうバクをつかってのだったことにちようせん！おめがばらばらになて「みて！たくさんある！」とうれしそうにみせてくれました。

各施設、それぞれのやり方で脱穀・粳摺りを行い、食べ物を作ることの大変さや残さず大事に食べることの大切さを学ぶことができました。



はじめての「鎌」にドキドキしながら稲刈り体験もしました！



《 桃狩り 》 5歳児クラス



「あかつきむら」の
紙芝居を見せてもらいました



田んぼでのお世話になって
いる油井さんのご厚意で
「桃狩り」を体験させていた
だきました。

はじめての桃畑。たくさんの
桃!! 子どもたちは大興
奮! 福島が発祥の“あか
つき”の紙芝居を見せても
らい、「どの桃がいいか
なあ」と悩んで探して、あま
〜い桃の丸かじりを楽しみ
ました。

「どれがおいしそうかな?」「まようっ〜」



桃について語りました



《 収穫祭 》 5歳児クラス

3施設で同時期に始めた「みそ作り」。材料の観察もして仕込みスタートです！



2回の天地替えを経て「手作りみそ」の出来上がりです！



ごはんが出来るのを待つ間に福島隣保館保育所の畑の見学に行きました。



同じ時期に仕込んで材料も同じはずなのに味が違うのはなぜでしょう？
3施設のみその味比べをしました。「自分のみそが一番おいしい?!」まさに“手前味噌”でした!!



収穫祭





令和6年度

今年は施設協会6施設で取り組み、食育のWA（輪）を広げていきます！



◆プロジェクトの目的・目標◆

○身近な食材に触れ、友だちや様々な人との食事や交流をとおして、食への興味を持ち、関心を深めていく。

- ・食育活動を特別なイベントとせず、日々の保育活動の中の1つとして知識・興味を深め6施設で共有していきます。

○様々な観点から食育を捉え、子どもたちと取り組む中で職員の学びを深めていく。

- ・お手伝い、栽培から収穫、生活リズム、マナー、人との関わり、体作り、食文化、感謝等、「食」に関する子どもたちの興味を引き出し、子どもと一緒に取り組みます。



子どものWA

- ・さつま芋コンテスト！
（収穫したさつま芋の重さや長さを比べ、レシピ紹介）
- ・みそコンテスト！
（日替わりで各施設のみそを味見、レシピ紹介）
- ・稲の生長を画像などで見比べます。

職員のWA

- ・保育士の研修では栄養士も参加し食育への理解を深め食育を保育の視点からも深めます。
- ・栄養士会議ではひと月に1回集まり、食育に関する情報交換やコンテストの審査員も務めます。



福島隣保館保育所

- *定員 …120名
- *クラス構成…ひよこ組(0・1歳児), こじか組(1歳児)
はと組(1・2歳児), ひばり組(2歳児)
つばめ組(3歳児), いちょう組(4歳児)
ぽぷら組(5歳児)

- 福島駅西口に近く交通の便も良いため、利用されるお子さんは市内の広域から通ってきています。
- 市街地ではありますが、近くには川があり遠くには吾妻山も見えて、自然豊かな静かな環境の下で、子どもたちは伸び伸びと活動しています。



福島ふたば保育園

- *定員 …90名
- *クラス構成…つくし組(0・1歳児), さくら組(1歳児)
たんぽぽ組(2歳児), ひまわり組(3・4歳児)
ゆり組(4・5歳児)

- 大森街道沿いにあり、周辺には新しい住宅地や道路も整備され、子育てしやすい地域です。
- 市街地に近く、大森城山と大森川の自然に恵まれ子どもたちはその中でのびのびと活動し、五感を通して感性豊かにはぐくまれ笑顔いっぱいにごっこしています。



福島保育所

*定員 …120名

*クラス構成…ゆず組(0歳児)・もも組(1歳児)
りんご組(2歳児)・ぶどう組(3歳児)
やま組(4歳児)・そら組(5歳児)

- 福島市保健福祉センター西側にあり、平成31年3月に改築された保育所です。
- 街の中心部ながら、信夫山、美術館、ふれあいパークなど遊ぶところはたくさんあり、保育所の中も広く、年中しっかり体を動かせる環境です。



飯坂保育所

*定員 …90名

*クラス構成…こぶし組(0・1歳児),もみじ組(1歳児)
さくら組(1・2歳児), いちょう組(3・2歳児)
けやき組(3・4歳児), ぽぷら組(4・5歳児)

- 温泉の町、果樹地帯として知られる飯坂地区にあります。利用されるお子さんは飯坂、平野、湯野、中野地区を中心に通ってきています。
- 自然に囲まれ、四季折々の変化を五感で感じることができます。恵まれた環境のなかで遊びながら、子どもたちは心も体も健やかに成長しています。



瀬上保育所

*定員 …80名

*クラス構成…つくし組(0・1歳児) さくら組(1歳児)
ちゅうりっぷ組(2歳児), すみれ組(3歳児)
たんぽぽ組(4歳児), ひまわり組(5歳児)

- 4号線に近く交通の便も良く、近くには果樹園や公園もあり生活しやすいところです。
- 昔からある地域の方々とつながりを持ち、散歩に出かけたり畑作りをしながら自然と触れ合い元気に過ごしています。



福島わかば保育園

*定員 …60名

*クラス構成…はと組(0・1歳児) うさぎ組(1・2歳児)
りす組(2・3歳児) こじか組(3・4・5歳児)

- 福島市中心部より東に位置し4号線近くに位置しています。近くには市役所や学校があり、利用されるお子さんは市内の広域から通ってきています。
- 0歳児から5歳児まで、保育園周辺や公園へ散歩にでかけて、四季折々の自然を感じてあそぶことを大切にしています。



令和6年度の6施設での取り組み

0 歳児

テーマ「見て・さわって・食材に親しむ」

「見やすく、ワクワクするような工夫で、

食育活動を発信し家庭と一緒に食育活動を楽しむ」

◇離乳食に関する対応

・・・保育参観・懇談会（離乳食の試食）

◇共通の食材を観察してみる

・・・【春】竹の子、アスパラガス 【夏】スイカ、とうもろこし、オクラ、ピーマン
【秋】さつま芋、かぼちゃ、梨、りんご 【冬】大根、れんこん、みかん

◇家庭へ食育活動の伝え方



情報交換をする



1 歳児

テーマ「様々な食材に触れたり簡単な手伝いを通し、食に興味を持ち楽しんで食事をする」



◇保護者を巻き込んだ取り組み

…レシピの配布、ドキュメンテーションの使用

◇食材に触れる

…身近な野菜に触れてみる、簡単な手伝いをする



情報交換をする

2 歳児

テーマ「さわって 育てて 遊んで 楽しく食べよう」

- ◇「食材に触れる」
- ◇「栽培活動」
- ◇「食材に触れ製作活動につなげる」



楽しく食べる



○共通活動○

・豆苗の栽培

→豆苗の水耕栽培をし、収穫して食べることを楽しむ。

→活動の様子をドキュメンテーションにして保護者へも発信していく。

→食材を見たりふれたりする。



3 歳児

テーマ「野菜をすきになろう！」
「野菜と食材に興味関心をもつ」



- ◇年間を通して給食のお手伝いをする。
- ◇野菜の栽培を通して、成り立ちのおもしろさを知る。
- ◇収穫したものをみんなで楽しく食べる。

○2施設での共通活動○

栽培やクッキングだけではなく、生活や遊びの中などの活動前後の取り組みの様子なども、ドキュメンテーションにして情報を共有していく。



4 歳児

テーマ「見て興味・触れて関心・食べて感謝」

- ◇食材に触れ、興味関心を持つ
- ◇作り手にありがとうの気持ちを持つ

○2施設での交流○

- ・各施設で栽培したさつまいもを持ちより焼き芋会を行う。
- ・焼き芋会当日はおにぎり作り、豚汁など昼食も一緒に食べる。
⇒その後も手紙のやり取りや、クラスの写真を送り合う。

○6施設での活動○

- ・「さつまいも」のコンテストを行う。



5 歳児

テーマ「食事のマナーを自ら実践できるようにする」
「食育活動を通して体験したことを身近な人（友だち・保護者）へ伝え、その思いを共有する」

○6施設での活動○

- ◇合同で田植え体験、稲刈りを実施。
- ◇各施設でバケツ稲の栽培を行い、生育状況を情報交換し、話題にする。
- ◇収穫祭を行う。
- ◇「みそ」のコンテストを行う。
- ◇各施設でみそ作りを行い、過程を共有し、みその食べ比べをする。





いっしょに食べるとおいしいね
いっしょに遊ぶとたのしいね
いっしょに大きくなるってうれしいね

食べることが大好きな子どもに育てたい。
子どもたちの大好きな輪を広げていきたい。
これからも日々の食育を保育活動の1つとして続けていきたいと思います。