

東京すくわくプログラム活動報告

2026年4月20日
新宿成子坂愛育園

1. 活動のテーマ

〈テーマ〉 食

〈設定理由〉 給食に出てくる食材に興味をもっていたり、ごっこ遊びでは料理が大人気であることから一層食への興味を深めたい。

2. 活動スケジュール

クラス担任と栄養士で食育計画をたて、年齢やクラスの興味に沿った計画を設定する。
旬の食材に触れる機会を設ける。

3. 活動のために準備した素材や道具、環境の設定

グリーンピース そら豆 トウモロコシ すいか 白菜
サランラップをテーブルに敷く
芋ほり用バスで畑に行く



4. 探究活動の実践

〈活動の内容〉

・旬の食材に触れる

グリーンピースのさやむき(4月) そら豆のさやむき(5月) とうもろこしの皮むき(7月)
すいかの観察(8月) いもほり(10月) 白菜ちぎり、観察(3月)
グループに分かれ旬の食材に触れ、観察する。おやつや給食で食べる。

・調理の工程を知る

スイートポテト作り(11月) もちつき(11月) クッキー型抜き(2月)

栄養士から料理が完成するまでの工程や材料を聞く。実際に調理を体験し、
出来上がったものを食べる。

もちつきではもち米と普通のお米の違いを観察したり、実際についてみて餅になる
工程を観察した。



〈活動中の子供の姿・声、子供同士や保育者との関わり〉

・旬の食材に触れる

実際に触れる前に栄養士からの話を聞いた。食材が配られると興味津々に観察していた。「スーパーでみたことある」「結構固いね」などと保育者や友人と話しながら楽しんで参加していた。

白菜ちぎりでは細かくちぎる子、おおざっぱにちぎる子と個性がでた。

観察したあとに給食やおやつで食材がでてくると「さっき剥いたやつ!」「いいにおい」と嬉しそうに食べていた。

芋ほりでは土を掘るとたくさんの芋が出てきて、ツルにつながっている芋を力いっぱい引っ張る姿が見られた。掘った芋を察すると普段食べている蒸かしたお芋との匂いの違いに戸惑う姿があった。

・調理の工程を知る

もちつきでは0歳~2歳クラスはついた餅を触ってみた。手にまとわりつくのを嫌がる子、大胆に触る子と極端に分かれた。3歳~5歳クラスはお米を観察後実際に餅をついた。お米から餅に変化していく様子を興味深くみていた。5歳児はその後餅を食べる。

「おいしい」「もちもちしてるね」等と話しながら食べていた。

。

〈振り返り〉

旬の食材に触れる機会を設けることで食材に関する関心が高まり、苦手なお野菜も「食べてみたい」と挑戦しようとする姿がみられた。幼児クラスでは匂いや感触を友達同士伝え合う姿が見られ、発見を共有していた。

スイートポテト作りでは食育後におままごとで調理を再現する姿もみられた。家庭でスイートポテト作りをしたという話も聞き興味関心が高まったように感じた。今後も食に対する興味関心を高められるよう普段の保育に取り入れていきたい。