



とうきょうすくわくプログラム

= 食育から始まる探究活動 =



令和7年度

山崎こじか園

食育から始まる探究活動

令和7年度 山崎こじか園

【テーマの設定にあたって生かした園の環境や強み】

本園では、自園調理の給食を実施しており、旬の食材を取り入れた献立を通して、子どもたちが日頃から食材や調理に親しめる環境があります。給食室が身近にあることで、調理の様子や食材の変化に興味を示す姿も多く見られています。

【設定したテーマに子どもの興味・関心があると判断した理由】

子どもたちは、野菜に触れたり栽培活動を行ったりする中で、「これは何?」「どうやって育つの?」と関心を示す姿が見られていました。そのため、実際に食材や自然、生き物に触れる体験を通して、食への興味や探究心をさらに深めることができると考え、このテーマを設定しました。

・年齢別目標

0歳児…様々な食材を見る、触る、味わうなどの経験を通して食に興味を持つ。

1歳児…絵本を見たり、野菜の栽培を見たりすることで、食べ物に興味をもつ。

色々な味や食感に触れて、食べ物に興味を持つ。

2歳児…菜園活動を通し、野菜や食事に興味を持つ。

3歳児…食材の色や形、食感の違いを楽しむ。

旬の食材などの皮むき体験を通し調理される前の食材に関心をもつ。

4歳児…野菜の栽培を通し、生育の様子を知る。

旬の食材などの皮むき体験を通し、調理される前の食材に関心をもつ。

5歳児…栽培や収穫を通し、食材への感覚を豊かにする。

旬の食材などの皮むき体験を通し、調理される前の食材に関心をもつ。

【計画】

4月・・・ミニトマトの栽培

5月・・・そら豆のさやむき

7月・・・ミニトマトの収穫、試食

8月・・・とうもろこしの皮むき



4月25日（金）ミニトマトの栽培 （1．2歳児）

2歳児を中心にミニトマトの苗の植え付けをしました。
「おおきな〜れ！」



5月8日（木） そら豆のさやむき

各クラスにてそら豆のさやむき体験を実施

・ 0歳児クラス



初めてのそら豆にびっくり！さやの綿をさわったり、匂いをかいでみたりしました。

・ 1. 2歳児クラス



はじめにそら豆の絵本を読み聞かせ。自分でむいたそら豆は給食でおいしくいただきました。

・ 幼児部（3. 4. 5歳児）クラス



そら豆のにおいはどんな感じ？

7月23日（水）ミニトマトの収穫 （1. 2歳児）

ミニトマトが赤くなってきたので収穫をします。



一つずつ、茎から外しました。

色違いを発見し、
「どうして色が違うの？」



トマトの汁で手が汚れちゃいました





トマトおいしいかな？



もうトマトないのかな？



7月25日 ミニトマトを食べてみよう (1. 2歳児)

収穫したトマトをカットして試食
目の前でカットしているところをじっくり見ていました





トマトが苦手な子も、
自分で収穫しカットも目の前でされることに
とても興味を持ち、食べていました。





7月25日（金）幼児部（対象3.4.5歳児）

収穫したトマトの断面の写真をみせたあと
実際にトマトを切り断面を見せてみました。
切り方によって柄が違うことに気づきました。





そのあと、ミニトマトクイズを行いました。
ミニトマトの花はどっち？
普通のトマトとミニトマトはどっちが栄養価が高い？
などなど



8月4日（月）トウモロコシの皮むき 幼児部（3.4.5歳児）



I P a dをつかって、
トウモロコシが
出来るまでの動画を
みました。

生のトウモロコシのにおいと
調理した後のにおいを
比べてみましょう！



トウモロコシの絵を
描きました。

トウモロコシの皮むき 乳児（0.1.2歳児）



「出てきたー！ひげだー」と大喜び。
0歳児さんはひげが苦手な子が多いようでした



10月8日（金）

以前トマトを植えていた横に幼虫がいるのを発見し、
夢中になってみえています！





お部屋で育ててみることにしました。





ルリタテハ^か
【タテハチョウ科】



幼虫を調べてみると
『ルリタテハ』という蝶で
あることがわかりました。



残念ながら、蛹から成虫へと変化していく様子を観察することはできませんでしたが、無事にちょうちょへと羽化しました。子どもたちは毎日話しかけたり、じっと様子を見たりしながら、興味をもって関わっていました。そのうちに、ほかの昆虫の写真にも関心を示すようになり、図鑑を開いて調べる姿も見られました。



そして、外の世界へ返す日がやってきました。寂しそうに見送る子、ワクワクした表情で見守る子と、反応はさまざまでしたが、どの子も「大きくなったね」と優しく声をかけながらお別れをしていました。最後は「バイバイ、元気でね！また来てね！！」と手を振り、ちょうちょの旅立ちを見届けました。

振り返り〈振り返りによって得た先生の気づき〉

東京すくわくプロジェクトの活動として、子どもたちは空豆のさやむきやトウモロコシの皮むきに取り組みました。空豆のふわふわしたさやの感触や、トウモロコシの皮やひげのにおいに触れることで、食べ物への親しみを感じる姿が見られました。

0歳児・1歳児クラスでは、実際に触ったり、においを嗅いだりしながら、素材そのものを五感で楽しむ経験につながりました。

2歳児クラスや幼児部では、野菜の産地や花の咲き方、育ち方の動画を見ることで、「どうやってできるの?」「どこで育つの?」と興味をもち、食材への関心を深める様子が見られました。実際に食材に触れる体験と合わせて学ぶことで、食べ物をより身近に感じる事ができていました。

さらに、ミニトマトの栽培活動では、毎日の水やりや観察を続ける中で、葉に幼虫がいることを発見しました。最初は驚いたり怖がったりする姿もありましたが、「何の幼虫かな?」「何を食べるのかな?」「どうしたら元気に育つか?」と興味をもち、みんなで観察しながら育てる姿が見られました。幼虫が少しずつ成長し、さなぎになり、最後に蝶になった時には、「進化した!」と大喜びする姿がありました。また、他の昆虫の写真を見せると、「この子はどんな風に進化するの?」と質問する姿も見られ、子どもたちの発想力や探究心の豊かさを改めて感じました。そして、「元気でね」「また来てね」と声をかけながら外へ放す経験につながり、生き物への思いやりの気持ちも育まれていました。

これらの活動を通して、子どもたちは自然や食べ物、生き物への興味・関心を広げ、自ら気づき、考え、感じる力を育てていることを実感しました。また、子どもたちの素直な疑問や発想に寄り添うことで、日々の経験が豊かな学びにつながっていることを改めて感じました。