



令和6年度 6月号 No. 3

## 「絵本から飛び出したおやつ」



～あらすじ～

アイスママは、庭にあるかき氷のお花に、色とりどりのシロップをかけていました。するとそのシロップがこおり山にあるという事を耳にしたアイスキッズたちが、こおり山まで冒険に出るお話です。

今回は、大型絵本を使って誕生会の日に読んでもらいました。読み聞かせの時は、色々なアイスクリームが出てくると「私は、〇〇色で〇〇味がいい！」など自分の好きな味を友達に教えたりして、楽しい絵本の時間となりました。

この日のおやつは、ソフトクリームで朝から楽しみにしている子どもたちがたくさんいました。また、にじ組の子どもたちは、「いつアイス食べられるの？」と先生たちに聞く姿も見られ可愛いばかりでした。

おやつの時間になり、一人ひとりの目の前でソフトクリームを作っていくと、ソフトクリームが出てくる機械の穴に目をまん丸くして見る子どもたち！出来上がったソフトクリームを「どうぞ！」と渡すとニコリ笑顔になりとっても嬉しそうでした。食べる時も、「冷たくっておいし〜い！」と言いながら大満足の表情でした。



## ～食べ物のはたらき！～

今回からの食育は、食材を3色の栄養群に分ける取り組みを始めました。最初から、食材を3色に色分けするのは難しいため、食育の紙芝居をあすか先生から読んでもらい、食べ物にはみんなの体を作ってくれる働きがあることを伝え、「みんなは力持ちかな？力持ちになるためには、どんな食べ物を食べればいいのか？」や「毎日、うんちは出ていますか？」など子どもたちに確認し、「うんちが出ない人は、野菜や果物（緑の食べ物）が足りてないんだよ！」と教えながら1回目を終わりました。

2回目からは、食育の日の給食のメニューを使って3色の栄養群に分けていきました。食育が始まるまで時間があつたので、給食にどんな食材が入っていたかを思い出せるように、メニューを絵に描いて自分たちで確認をしていました。この日のメニューは、「魚のムニエル・ホットサラダ・豆腐のみそ汁」でした。子どもたちは、小さなところまで上手に美味しそうに描いていました。

食育が始まると自分が描いた絵を見ながら、どんな食材が使われていたかを思い出して発表してもらい3色の色分けに挑戦しました。

3色の栄養群とは？

**赤の食べ物**「体を作るもの（血や肉になるもの）」…肉・魚・豆・卵など

**黄色の食べ物**「熱や力になるもの」…ご飯・いも・油・バターなど

**緑の食べ物**「体の調子を整えるもの」…野菜・果物・キノコ類など

色分けするときには、紙芝居で出てきた絵や栄養の歌をヒントに分け、みんなで答え合わせしながら、進めていきました。食育が終わると「また、しようね！」や「楽しかった！」など聞くこと出来ました。



### 献立表の訂正について

3時のおやつのお饅頭が全て「どうぶつ丸ボーロ」に変更します。