

食育

5歳児 えんどう豆の皮むき

令和5年度 6月2日(金)
社会福祉法人 晋栄福祉会
新福島ちどり保育園

6月1日(木)に、えんどう豆の皮むきを行いました。前からこの日を楽しみにしていた子どもたち。登園してから「今日豆の皮むきをするんだよね!」と友だち同士で話す姿もあり心待ちにする姿がありました。準備では三角巾を身に付ける際「できない」「難しいよ」と不安そうな様子の子もいましたが、友だちに手伝ってもらったり、何度も保育者と確認することで、できるようになり、嬉しそうにしていました。活動前に「ぶっくり えんどうまめ」の読み聞かせを行うと「えんどう豆にもたくさんの種類があるんだね」、「6個も豆が入ってるよ!」と楽しそうに見る姿があり、皮むきの活動になると「皮が固くて難しいよ」と言う姿もありましたが、むき方を工夫したり、友だちに手伝ってもらったりして取り組んでいました。「1・2・3……」と豆の数を数え「7個も入ってるよ!」、「僕の中には赤ちゃん豆も入ってた!」と、保育者や友だちに嬉しそうに見せてくれました。皮むきが終わったあとは給食室へ持っていき、「おいしく作って下さい!」とみんなでお祈りしました。翌日の給食に豆ごはんとして、みんなが剥いてくれた豆が出てくると喜んで笑顔で食べ、完食したりおかわりをする子どももいました。豆ごはんが苦手な子どもも、自分がお手伝いをしたということもあり、頑張って食べていました。これからも旬の食材に触れる機会をもち、様々な食に興味をもつことができるよう食育活動に取り組んでいきたいと思います。



絵本 ぶっくりえんどうまめ



「1・2・3・4……」



草みたいな匂いがある!



おいしく作ってください!



おいしいね!

