

とう ぐく さん
施設紹介 東谷山フルーツパーク

東谷山フルーツパークは名古屋でいちばん高い山である東谷山(198.3m)の南西山麓にある果物をテーマにした農業公園で、「世界の熱帯果樹温室」では珍しい果物が実る様子を観察することができます。豊かな自然に囲まれており、園内の果樹園ではモモ・ナシ・リンゴ・カキなど15種類の果物が栽培されています。またレストハウスでは季節のフルーツやボリューム満点のランチを味わっていただけます。園内で収穫された果物や地元でとれた野菜などを販売する売店や子どもたちが楽しめるキッズコーナーもあります。



ミカン収穫体験

2~3月のイベント

春まつり

〈3月1日(金)から4月21日(日)まで〉
ウメやモモをはじめ、果樹の花を楽しむお祭りです。

フルーツふれあいDay
〈毎月第3土曜日〉

「今月のくだもの」をテーマに、体験講座やモノ作り体験など楽しいイベントを開催しております。

施設概要情報

開園時間	9:00~16:30
休園日	月曜日(祝日・休日の場合は翌平日)
料金	無料 温室観覧料 大人¥300、中学生以下無料 名古屋市在住65歳以上の方は100円
アクセス	東名高速道路春日井ICから車で20分 JR中央本線・愛知環状鉄道 「高蔵寺駅」南口より徒歩25分
駐車場	840台(無料 イベント期間中は有料)
問い合わせ先	東谷山フルーツパーク 〒463-0001 名古屋市守山区大字上志段味字東谷2110 TEL 052-736-3344 / FAX 052-736-2660 ホームページ http://www.fruitpark.org/

●編集／名古屋市教育委員会 名古屋市立幼稚園長会 名古屋市私立幼稚園協会 ●発行／名古屋市中区三の丸三丁目一番一号 名古屋市教育委員会 ●担当／生涯学習課 社会教育係 TEL 052-253-4178 FAX 052-253-4178

平成30年度
No.3

幼児期家庭教育支援事業

幼稚園の子どもたち

●年間テーマ「親学ノススメ」 ●今号テーマ「おいしく食べよう」



きょうとすいぞくかんにいきました。ゆっくり およぐ エイと
かっこいいサメが すきになりました。パパに なまえを おしえても
らって、おねえちゃんと「こっちにきて」と おおよろこびでした。

▲はやし ゆうとさん (梅森坂幼稚園 年少)

※図画作品の年齢は制作当時のものです。

親学ノススメ

心と体を育てる食事

上の宮幼稚園長 徳田 俊介

幼児期の子どもの心身の健やかな成長のためには、好き嫌いなく食事をし、必要な栄養を摂ることが大切です。しかし、幼児期には好き嫌いがあり、食べられる量も人それぞれなのが当たり前です。

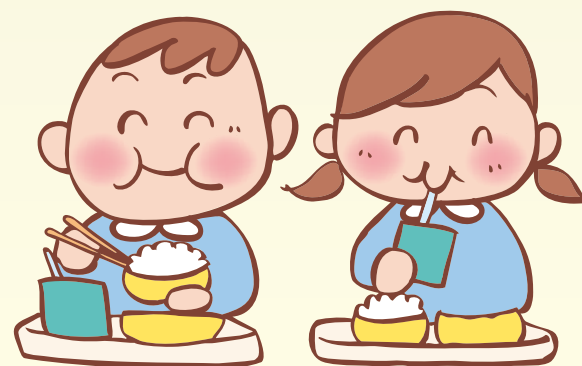
園では食事前には外遊びの時間を作っています。身体をめいっぱい動かし遊んだ後はお腹も空きます。「お昼だよ。さあ手を洗って」の声掛けに、子どもたちは口々に「お腹ぺこぺこ」と笑顔で部屋へ戻っていきます。「よく遊び、よく食べる」です。

昼食は給食とお弁当の両方を取り入れています。給食では皆が同じものを食べます。そこに偏食を克服するチャンスがあります。先生が「これおいしいよね」と言うと「僕も大好き」「私も」と声が返ってきます。その雰囲気苦手な子も「ちょっと食べてみようかな」とひと口運びます。「すごい!食べられたじゃない」と褒めます。次へのチャレンジへとつながります。また、お弁当では「好きなものを中心に苦手なものも少しだけ。食べ切れる量で」をお願いしています。「全部食べられたよ」と笑顔で話す子どもに「頑張ったね。すごいね」と先生もまた笑顔。こんなことから達成感・満足感を味わい、次のことにチャレンジしようという意欲が生まれます。

園での食事は先生や友だちと一緒にみんなで食べます。それだけでも家庭とはまた違った楽しい食事になります。楽しく会話をし

ながら食べることは、おいしく食べる・すすんで食べることにつながります。また、縦割り学級にして異学年との交流を図りながら食べたり、陽気の良い日には園庭で外気を感じながら食べたりと、普段とは異なった食べる場づくりも行います。

子どもたちの心と体の成長を促すための大切な要素が、園での食事にはたくさんあります。



家庭の日図画作品



だいすきな かぞくみんなで、たくさんくだものを たべました。
おかあさんも、おとうさんも おねえちゃんも、みんなわらって
いて とってもうれしかったです。

▲なかお さらさん (慶和幼稚園 年少)



なつやすみに かぞく4人んで よるのすいぞくかんにいきました。
いろんないろのおさかながいて、とてもきれいでした。シャチが
かえるときに バイバイしてくれてうれしかったです。

▲ひろせ ほのかさん (桶狭間幼稚園 年長)

編集後記

熱心に執筆、編集に携わっていただきました皆様のおかげで「幼稚園の子どもたち」No.3が発行できました。

No.3のテーマ「おいしく食べよう」は「食」をテーマにしたドラマや健康番組が高視聴率を得るなど、人々が関心をよせる事柄です。また、幼稚園、家庭、地域でも「食」について学ぶ機会が増えています。

子どもたちは、幼稚園などで体験を通して楽しく学んでいます。たとえば、「にんじんを食べると風邪をひかないんだって」などの言葉が聞かれませんか。このように子ども自身が「食」についての考えを培っています。

また、ご家庭でも「手作り○○と一緒に作ってみました。子どもは喜んで食べています」などお子さんがおいしく食べることを願って、いろいろ工夫を凝らしていることと思います。

食べることは生きることであり、おいしく食べることはよりよく生きることと言えるのではないのでしょうか。

ご意見ご感想をお待ちしています。係までお寄せください。

●担当／生涯学習課社会教育係

電子メールアドレス

a3253@kyoiku.city.nagoya.lg.jp

この印刷物は、古紙パルプを含む再生紙を使用しています。

手をつなごう 心もつなごう 家庭の日 毎月第3日曜日は 「家庭の日」



家庭は、私たちの生活の基盤であり、家族の心のよりどころです。

子どもは、家庭における家族との会話やふれあいを通して、基本的な生活習慣を身に付け、豊かな心を育てていきます。

市では、家庭の役割や大切さを考える機会としていただくため、毎月第3日曜日を「家庭の日」と定め、「家庭の日」をテーマにした図画・ポスター・作文募集などの普及啓発事業を行っています。

「家庭の日」の詳細は、名古屋市公式ウェブサイトに掲載していますので、ご覧ください。(http://www.city.nagoya.jp/から「家庭の日」で検索)

1月12日(土)は、日本ガイシホールにて「ファミリーデーなごや」を開催しました。「家庭の日」の作品展示も行われ、盛況のうちに終えることができました。ありがとうございました。

お問い合わせは 教育委員会生涯学習課 (TEL 972-3253) まで

家庭の日図画作品



おやすみのひに ほくは こいのぼりを みました。たくさん かざって
ある こいのぼりが とてもきれいでした。5がつだったので、かたつむりも
みつめました。ゆっくりあるいているのが かわいかったです。

▲さとう あつやさん (慶和幼稚園 年中)



かぞく4人んで よるごはんに、てまきずしを たべたよ。わたしは、
チーズとおおばとまぐろを まいて たべたよ。とても おいしかったよ。
みんなで たべると たのしいよ。

▲みやけ きさきさん (久国幼稚園 年長)

※図画作品の年齢は制作当時のものです。

子どもの「食」への意欲を高めるために

名古屋市立第二幼稚園長
尾関美由紀

本園では、普段は弁当を持参していますが、「食」への関心を高めるため、季節の野菜を園庭のプランターで栽培、収穫し、弁当と一緒に食べることも計画的に行っています。

今年度は、11月にPTAの取り組みで、親子で小松菜や白い二十日大根を栽培することにしました。

初めに種まきです。子どもたちは、風で飛ばないように注意しながら小さな種を一粒ずつ大事に土にまきました。親子で水まきをして待つと、小さな芽が数えきれないほど出てきて、「芽がいっぱい!」と驚きながら成長を楽しみにしていました。

間引きも親子で体験しました。お家の方に教えてもらい、子どもたちは慎重に芽がたくさんある所を見て抜いていました。「抜いた芽は食べれるんだよ」とお家の方から聞くと、その場で洗って、「おいしい!」と嬉しそうに食べていました。

水やりをし、虫が付かないように気を付けながら世話をし、とうとう収穫の日がやってきました。二十日大根の葉を引っ張ると、葉の下からは真っ白の小さな大根が出てきて、「わあ、大根ができてる!」と大喜びでした。

その日の昼に、お家の方たちが大きな鍋に出汁をとり、収穫した野菜を入れて味噌汁を作ってくださいました。作っている鍋を子どもたちがのぞくと、おいしそうな匂いがしてき

ます。「いい匂い。いっぱい匂いを吸っちゃおう」「早く食べたい」と食欲がモリモリわいてきます。味噌汁を飲むと、「大根があった!」「わたしの小松菜おいしい」と歓声が上がりました。日ごろ、緑色野菜に苦手意識のある子も「このお味噌汁おいしい!」と完食し、おかわりするほどでした。

自分で育てて収穫した野菜は、他のどの野菜よりもおいしく感じられます。こうして、野菜が種から自分の口に入るまでの過程を楽しみながら、おいしく食べる経験を重ねていくことが大切であると思います。



おいしく・楽しく食べるために

上の宮幼稚園 保護者
高山 友香

我が家では「ごはん中は怒らない、みんなで楽しく笑顔で食べる」ということを心がけています。

私自身も子どもの頃夕食の時間は、一家団らんの時間でした。

我が家では帰りが遅いためパパは不在ですが、できる限り私・長女・次女・長男・おじいちゃん・おばあちゃんの6人で一緒に食事するようにしています。

見た目で判断をし食わず嫌いが多い長女、好き嫌いはないけど食事にとっても時間がかかる次女、白米大好き野菜嫌いな長男。

それぞれの好き嫌いに付き合っている余裕は正直ない現状ですが、せめて1つずつは食べて欲しいので個々のワンプレートに乗せて食卓に並べ、好きな物はおかわりするという方式を行っています。

時には女優になりきりテンション高めのリアクションで「すっごくおいしい」とアピールをしてみると、子どもたちも案外のってきて食べてくれます。

それでも食べてくれない時には、クイズ形式で材料の名前や調味料を当てさせて、当たればひたすら褒めることをする時もあります。

また時間や余裕がある時は、一緒に作るようにしています。怖いなと思い、手を出してしまうこともあります。できそうなことはなるべく最初から最後まで自分たちでやらせるようにしています。

調理された物では分からない、材料の元の形や色や触った感じを自分自身で学べる機会にもなりますし、何より自分たちで作った物はたくさん食べます。そして人に食べてほしいという気持ちも出るので、どんどん人に勧めています。

そこから作ってくれた人の気持ちも理解して、食べてもらえなかった時の悲しい気持ちも学んでくれるといいなという親の勝手な願望も入っています。

食事マナーを注意することもあります。その時も笑顔と優しい口調でを心がけ、叱られたと思わせないように気をつけています。

1日3回の食事は大事なことだと思って育てほしいなと思います。



子育てQ&A

Q 食べ物の好き嫌い、偏食について、どうしたらよいでしょうか。



A 子どもたちが成長していく上で、十分な栄養をとることは大切なことです。私たち大人は、子どもたちにいろいろなものを食べてほしいと願いますが、嫌いなものを無理に食べさせようとしてもうまくいかなことが多くではないでしょうか。子どもが自ら進んで食べようとする気持ちが育つよう、食べ物への興味・関心を高めていきたいですね。

例えば、ある園では、子どもたちがミニトマトやピーマンなどの夏野菜を、先生や友達と一緒に育てました。少しずつ大きくなる苗を見ながら、実がなることを楽しみにして水やりを続けました。野菜を収穫できたときには、その喜びはひとしおです。「自分が育てた野菜」という特別な思いをもち、うれしそうに日頃口にしようとしなかった野菜を食べる姿も見られました。このように、食べ物に対して親しみを感じられるようにすることが、食べてみたいという気持ちにつながることもあります。

また、家族の手伝いをしたくなる時期でもあります。

食材を洗ったり、皮をむいたり、包丁で切ったりするなど、調理の手伝いをする中で、「家族のために自分が作った」という気持ち（有有感）が生まれます。さらに、家族が喜んでおいしそうに食べる姿を見てうれしさを感じ、自分も一緒に食べたいと思うようになることもあります。

料理を盛り付ける際には、動物などお子さんの興味のあるものに見立てたり型で抜いたりする、彩りをきれいにするなど、少し工夫することでお子さんの目を引きまます。それが、食べたくなるきっかけになることもあるでしょう。

そして何より、大好きな家族が顔を見合わせてテーブルにつき、楽しい雰囲気の中で食事することは、子どもにとって大事な環境となります。食事の時間が楽しくなると、食べることも楽しくなっていきます。家族との楽しい時間を過ごしなが、少しずつお子さんの好きなものが増えていくといいですね。

こんなほん あんなほん 「おいしく食べよう」

『おべんとう』

小西英子／さく
福音館書店



毎日のお弁当。栄養バランスを考て、彩り美しく作るのは大変です。ミートボールに卵焼き、たこさんウィンナーに、ブロッコリー。食欲をそそるおいしなお弁当ができました。

『きょうのごはん』

加藤休ミ／作
偕成社



ああ、いい匂い。我が家の晩のおかずは、焼さんま。ご近所さんちは、カレーライスにオムライス…。おかずだけでなく、一緒に料理を作ったり皆で食卓を囲んだりする様子も楽しましよう。

『おとうふやさん』

飯野まき／さく
福音館書店(かがくのとも絵本)



お豆腐屋さんの店先に並んだ、お豆腐におから、油あげにがんもどき…。材料の大豆が姿を変えて様々な食品になる様子と、お豆腐屋さんの仕事ぶりを、幼児の目を通して描きます。

おいしく、楽しく食べるために

「食べ物」の絵本は、いつの時代も人気があります。「食」は子どもの生活の重要な部分を占めることもあり、より親しみを持つからです。

「食育」の取り組みが進むにつれ、それに活用できる絵本も増えてきました。リアルに描かれた絵は、おいしさだけでなく匂いや食感なども想像させます。五感への刺激で、子どもたちは「絵本と同じものを食べてみたい」という、強い興味を抱くでしょう。また、一緒に料理を作ったり、皆で食卓を囲んだりする場面では、「共に食べる楽しさ」が体験できます。食材を知ること、食への関心も広がります。ただし、しつけの側面が前面に出過ぎると、絵本の楽しさが半減します。読み聞かせに上手く取り入れるとよいですね。

名古屋市鶴舞中央図書館
児童担当 中村・前田・新藤・金子

TEL:052-741-9811 FAX:052-733-6337

鶴舞中央図書館からの紹介です