

テーマ:

凜々子で育む体と心の栄養

社会福祉法人ふじ福祉会
ふじ保育園
平井 和代先生
●4、5歳児

この実践の特徴

「凜々子」活用のポイント①

4歳児～5歳児の2年間
継続して活動することで、
植物や食への関心を高める

「凜々子」活用のポイント②

保護者を巻き込み、
園と家庭とで
連携した食育を実践！

実践のねらい



- 自分のトマトを栽培することで、普段感じることのない「発見」や「驚き」に気づく
- 育てていく中での大変さや喜びを通して、達成感を味わう
- 収穫したトマトを調理して食べることで食物への感謝の気持ちをもつ
- 家庭で調理することで親子のコミュニケーションや食への意識と知識を家庭と一緒に高め育む

実践の概要と流れ

対象学年：4、5歳児（94人）

実践期間：4月～10月

時期	学習活動
4月	<ul style="list-style-type: none"> ・苗植え 5歳児：一人一鉢で栽培 4歳児：園の畑で栽培
5月～	<ul style="list-style-type: none"> ・毎日自分のトマトの世話をする。
5月27日	<ul style="list-style-type: none"> ・トマトの花を発見する。
6月11日	<ul style="list-style-type: none"> ・トマトの実を発見する。
7月13日	<ul style="list-style-type: none"> ・初収穫
7月23日	<ul style="list-style-type: none"> ・園の畑の「凜々子」観察
7月下旬～	<ul style="list-style-type: none"> ・5歳児は、家庭へ鉢を持ちかえる。 ・保護者向けアンケートを行なう。
10月27日	<ul style="list-style-type: none"> ・参観日に親子でビザづくりを行なう。



ここがポイント! 実践の工夫

4歳児、5歳児と継続して「凜々子」を栽培

3年前「凜々子フォーラム」に参加したことがきっかけで、「凜々子」を栽培するようになった。園では栽培活動を伴う食育に力を入れており、育てやすく、さまざまな料理に活用できる「凜々子」はうってつけの題材であった。

栽培にあたり、4歳児～5歳児クラスの2年間「凜々子」を栽培するよう工夫している。4歳児では、園の畑で、みんなで育てることで、植物への興味関心を高め、



5歳児では、一人一鉢ずつ育てることで、植物への愛着と責任をもち、普段感じることのない「発見」や「驚き」に気づくことを、それぞれのねらいとしている。



尻腐れのトマトを他の野菜の肥料に。命のつながりを実感

最初にできた実の多くが尻腐れ症になった。子どもたちは「トマトが病気になっちゃった」と落ち込んでいたが、理事長にカルシウムが良いと教えてもらい、すぐにまいた。数日後に実がなった時、子どもたちが真っ先に見たのはお尻の部分だった。真っ赤できれいなトマトができ、みんなで大喜びした。

また、尻腐れをおこした実は、捨てずに他の野菜の肥料にした。「凜々子」を育てる土も給食の残菜などを利用して、みんなで作っていたこともあり、尻腐れの



「凜々子」が肥料になることで命がつながっていくことを実感させることができた。

保護者を巻き込み、園と家庭とで連携した食育を推進!

収穫の喜び、調理の楽しさを親子で感じてもらい、家庭を巻き込んだ食育活動を実現するために、5歳児の鉢は家庭に持ち帰ってもらった。保護者と子どもが「どうやって食べよう」「サラダにしよう」と相談する様子が見られた。

家庭での調理を促すため、トマトの栄養やレシピを自由に持ち帰れるよう工夫した。



参観日には、園でとれた他の野菜も使ってピザを作り、親子でおいしく味わうことができた。



保護者との連携を深めた取り組み

保護者向けアンケートの実施

持ち帰った「凜々子」を子どもと一緒に食べたかどうかについて、保護者向けアンケートを実施した。青くてまだ食べられないとの回答以外は、すべての家庭で「凜々子」を食べ、子どもたちと栽培や食についての会話が生まれたことがわかった。

また、アンケートを行ったことで、家庭での様子が伺え、食育に対して保護者が期待することもわかり、有効であった。

【保護者の感想より】

食に興味がなく、少食で悩んでいましたが、自分で育てて食べるようになってから、食べる時の意欲も変わり、遊び食べや残すこともなくなりました。一人ずつの鉢で自分で育てたものを食べるというのがとても嬉しかったようで、子どもにとってよい経験となり、自信がついたと思います。

子どもたちの気付き、実践の成果

お絵かきや観察での「発見」や「驚き」が達成感に！

毎日自分の「凜々子」に水やりをし、友だちの苗と比べ、どちらが大きくなっているかを競い合っていたが、絵や観察レポートを書くことで、葉や茎の色や形、大きさなどにも目を向けられるようになっていった。できた絵を見せ合って、「大きいトマトやん」「葉っぱ、もっとギザギザやで」など話す姿が見られ、観察の視点も身についた。ティーチャーズガイドに掲載されていたワークシートを活用し、目で見て、鼻でにおいを嗅ぎ、手で触った感想を、保育士が記録するようにした。



観察の視点を身につけることで、毎日少しずつ変化する「凜々子」に深い愛情を注ぐようになり、収穫した時の大きな喜びと達成感につながった。



においをかいでみよう！

栽培活動を通じて、食べ物に感謝の気持ちを持つように！

栽培し調理して食べるという一連の活動を通して、子どもたちは、自分の口に食べ物が入るまでに、たくさんの方の手がかかっていることや、命がつながっていること、育てることの大変さを知った。



好き嫌いの多かった子どもたちも、自分で育てたことで、少しでも頑張っただけで食べようとしたり、食べられるようになったりした。

この活動を通して、子どもたちの食物への感謝の気持ちが芽生えてきたと実感している。友だちや保護者、保育士との会話の中に「凜々子」の話題がたくさん出たことも、食に対する意識が変わるきっかけになったと思う。



尻腐れ果を園庭の肥料にしていたら、秋に新しい芽が。植物の強さや命のつながりも実感。

先生から一言！ 実践を通して

保育には様々な手法がありますが、今回「凜々子」という「本物」の教材を扱い、栽培していく中で、保育には根気・本気・真剣さが必要だと改めて実感しました。担任だけでなく、園全体で一丸となって取り組んだことが、保護者との連携を深め、大きな成果につながったのだと思います。

食べることは生きていく上で基本となることを、小学校就学前に、保護者にも子どもにも気づいてもらいたいという思いで取り組んできて、今、少しは伝えられたのではないかと思います。

ひとつのことを最後までやり遂げるには、子どもたちが本物の教材に触れ、感じることで、真剣さや大切さ、愛しさという想いが自然とわいてくるのだと感じました。

受賞理由



4歳児クラスから2年続けて「凜々子」を栽培することで、注意深く観察できるようになったり、「全員で育てる」から「一人で育てる」に代わることで、責任感や愛情がさらに深まったんだね！保育園ならではのすばらしいプログラムだと感服しました！

トマトの効用やレシピを紹介したり、参観日でピザと一緒に作ったり、アンケートをとったりと、お家の人を巻き込むアイデアにも脱帽！園と家庭との協力体制がバッチリ整っているからこそ、子どもたちも安心して健やかに育っていくんだな～と、心が温くなるステキな実践でした！