テーマ：

親子・地域に広がる トマトの輪

広島県三原市立幸崎保育所
福島　弘子　先生
他全職員
●0～5歳児

この活動の特徴

「凛々子」活用のポイント①

保護者と協力し0歳児から
１人１本の苗を栽培！
親子で食への関心が高まる

「凛々子」活用のポイント②

いろいろなトマト料理に
挑戦！楽しいクッキングで
苦手な野菜も克服！

「凛々子」活用のポイント②

保育参観日に
親子で楽しく食を学ぶ
トマトカーニバルを開催！

活 動 の ね ら い

●自分の苗を育てることで、トマトに対して愛情や思いやりの気持ちを持つ。

●栽培、収穫、クッキングの体験を通じて、野菜とふれあい、収穫の喜びや食の楽しさを体験し、食への興味・関心を育み、命の大切さを感じ、生きる力につなげる。

●親子で菜園活動に取り組むことで、親子のふれあいをもち、子どもを通して保護者に食の楽しさ・力・大切さを伝え、食に興味・関心を持ってもらい、家庭での食への意識向上につなげる。

●地域の人に、保育所での食育のとりくみを知ってもらう。

活 動 の 概 要 と 流 れ

対　象　学　年　：　０～５歳児（２５名）
実　践　期　間　：　５月～１２月

時期	学習活動
５月２０日	・プランターに１人１本ずつ苗を植え、顔写真入りネームプレートをつける。
６月２０日	・保護者と一緒に支柱をたてる。
７月９日	・尻腐れ症が発症。症状の出た実を取り除き、風通しの良い場所に移動させる。
７月１５日	・初収穫。最初の１個は各家庭に持ち帰り、その後、随時収穫した数だけシール貼りをして記録をとり（写真上）、冷凍保存する。
７月１９日	・台風に備えてプランターを室内に移動する（写真右）。
８月～９月	・年齢に合わせたクッキング活動を複数回実施する。
９月２７日	・栽培終了。プランターから「凛々子」を抜き、コンポストへ入れて堆肥にする。
１０月５日	・保育参観日に「トマトカーニバル」を開催。保護者と一緒に料理を作って食べる。
１１月５日	・バザーで「凛々子入りハヤシライス」を販売。地域の方々にも食べていただく。
１２月３日	・生活発表会で「凛々子の歌」やオペレッタ「赤いマントのトマトマン」を発表。

ここがポイント！ 取り組みの工夫

１人１本ずつ育てることで責任感や栽培意欲が高まる

これまでもさまざまな野菜の栽培活動に取り組んできたが、１人１本ずつ栽培したことはなかった。今年初めて「凛々子」を知り、たくさんの苗が届いたので、０歳児から全員が１人１本ずつ、親子で一緒に育てることにした。そして、収穫したら親子でクッキングをするという目標を立てて、活動をスタートした。

大きなプランターに自分の苗を植え、顔写真入りのネームプレートをつけた。すると、子どもも保護者も自分の苗への愛着がわき、日々世話をすることで栽培意欲や責任感も高まっていった。

苗がたくさんあったので、教職員も１人１本栽培した。職員間でも生育状況等の話題が増え、台風が近づくと、全職員ですべてのプランターを屋内に避難させる等、保育所全体で「凛々子」を育てるという一体感が生まれた。

収穫したトマトを使ってさまざまな料理に挑戦！

収穫したトマトで０歳児からいろいろなクッキング活動に取り組んだ。０・１歳児では、よく読み聞かせする本「おやまごはん」に合わせて、目の前で料理を作り、においや音で料理ができるようすを体感するようにした。

３歳児では、ラップを敷いた茶碗に炊きあがったトマトごはんを入れ、クルクルひねっておにぎりを作った。子どもが自分で作った達成感を味わえるので、トマトの苦手な子どもも喜んで食べた。

その他にもシャーベットやスープ、春巻き等、年齢に合わせたクッキング活動を行ない、給食でも味噌汁やジャム、キーマカレー、パスタなど、多くの料理に「凛々子」を使い、トマト料理の幅広さを楽しんだ。

保育参観日は、親子で楽しく食を学ぶ、トマトカーニバル！

年度当初の“親子でクッキングをする”という目標があったので、１０月の保育参観日を「トマトカーニバル」と名づけ、春から一緒に栽培してくださった保護者に「凛々子」を味わってもらうことにした。

クラス毎に親子で料理を作り、出来上がった料理を持ち寄ってバイキング形式で味わった。また、トマト作りに関連したエプロンシアターを見たり、保護者にはこれまでの栽培活動のようすを報告し、市の管理栄養士を講師に招いてトマトの栄養に関する講演も行った。

トマトをテーマに、親子で一日楽しく活動することができ、保護者からも大変好評だった。

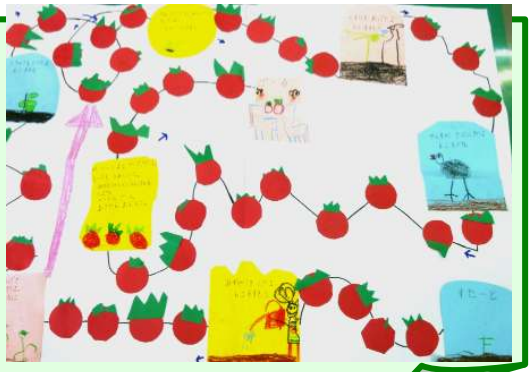
取り組みの裏話・・・

年長クラスでのすごろく作り

年長クラスでは、これまでの活動を振り返りながら、年明けにすごろく作りに取り組みました。

「スタートは植えた時！」「ゴールはカーニバルがいい！」「マスはトマトの形にしよう！」など、子どもたちから意見が次々と出ました。すごろくなので、マスを戻ったり、1回休みを入れるために、病気やカラスの被害なども思い出せるよう声かけをしましたが、トラブルは思い出しにくかったようです。やはり楽しい思い出がたくさん心に残っていたのでしょうね。

子どもたちは春からの栽培を思い出しながら、絵を描いたり、切り貼りしたりと、楽しい思い出がいっぱいつまったすごろくを完成させました。



子どもたちの気付き、実践の成果

親子の共通体験が会話を生み、絆が深まる

「凛々子」の活動を通して、春からの栽培やトマトカーニバルでの料理など、親子で一緒に作業する楽しさや食べる楽しさを味わうことができた。また、食の楽しさや喜び、大切さを保護者に伝えることができたので、保護者も食に関心を持つようになり、親子の健康や家庭での食意識の向上にもつながったと感じている。

12 月の生活発表会では、「凛々子」の収穫やクッキングの喜びを、歌やオペレッタで表現した。保護者も一緒に栽培過程をふり返りながら、子どもたちの成長を皆で喜ぶことができた。

栽培を支えてくださった地域の人にも「凛々子」で御礼と報告

普段から保育所の栽培活動に協力してくださる地域の方々がいて、野菜の苗を譲ってくださったり、追肥のタイミングを教えていただいたりと、栽培活動を支えてくださった。11 月のバザーでは、冷凍してあったトマトをすべて使ってハヤシライスを作り、地域の方々にも食べていただいた。「凛々子」を味わっていただくとともに、保育所の食育の取り組みをお伝えする良い機会となった。

活動を通して、野菜への愛情や食への関心が芽生える

1 人 1 本の苗を育てたことで、子どもたちが野菜や食べ物に興味を持つようになり、野菜への愛情が芽生え、食べ物の命を大切にする心が育った。

子どもたちは苗をプランターから抜いた後もしばらくは「トマトは？」と訊ねてきた。「バイバイしたよね。」と話すと、思い出しては植物の命を感じていた。

トマトが好きな子はより好きになり、嫌いな子もトマトだけでなく他の野菜も少しずつ食べるようになり、自信につながった。

先生から一言！　実践を通して

1 人 1 本育てる体験は初めてだったので、子どもも保護者も職員も「凛々子」を夢中で育てました。朝早く来た子が「実がなったよ」と教えてくれたり、早めに芽かきをした職員のトマトの生長が遅れて心配したり、みんなに共通する話題だったのが良かったのだと思います。初収穫の時、お迎えに来たおばあちゃんに、「一緒に収穫してください」と声をかけると、「母親が楽しみにしているから、私は遠慮しておきます。」とおっしゃったので、家庭でも「凛々子」の初収穫が話題になっていたようです。

「来年はぜひ家でも育てたい」という保護者の声も多かったので、次回は家庭でも育ててもらい、更に広がりのある活動ができればいいなと思っています。

受賞理由

初めて取り組んだとは思えない程、実り多い実践です！特にクッキング活動のメニューが豊富で、いろんなトマト料理に挑戦しているよ！他の参加校の参考になるレシピがいっぱいなので、来年度の栽培ガイドブックでたっぷりとご紹介したいと思います。
また、0 歳から 5 歳児まで、年齢に合わせた食育も見事に実践していて、子どもたち一人一人の成長に合わせながら、ひとつひとつの活動に丁寧に取り組んだ先生方の情熱が伝わって来ました！保護者や地域と連携した、心温まる取り組みに拍手！！！