



食に関する部会だより

第10号(令和7年2月)

倉敷市保育協議会 食に関する部会



食に関する部会だよりも令和4年から今回で第10号の発行になりました。今回は、各園の『子どもの野菜の好き嫌いアンケート』調査結果、各園の取り組み、岡山県保育研究大会で食に関する部会の活動内容を発表したことについて掲載します。

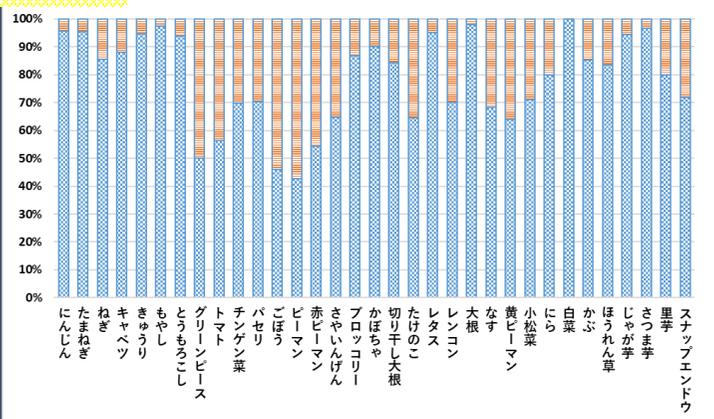


★ 野菜の好き嫌いアンケート結果 ★

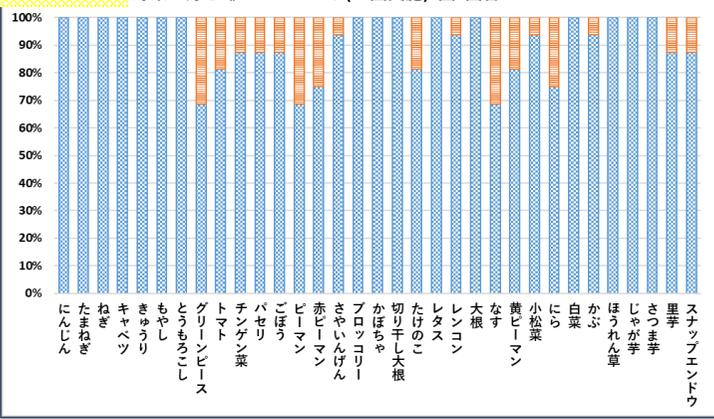


☆部会に参加している栄養士・保育士に各園の『子どもの野菜の好き嫌いアンケート』をお願いしました。部会が始まった6月と、野菜が好きになるための取り組みを続けてきた1月では、どのように変化したのでしょうか？

R6年6月 野菜の好き嫌いアンケート(16園実施)1園複数回答あり



R7年1月 野菜の好き嫌いアンケート(16園実施)1園1回答



令和6年6月に実施した時は、
苦手だと回答する園が約1/3程度ありました。しかし、好きだと回答する園もたくさんあり、園や家庭で野菜が好きになる取り組みを実践することにより、苦手の割合が少なくなることが期待されました。

令和7年1月に実施すると、苦手の占める割合が減少していることがグラフから読み取れます。苦手な野菜の1位はグリーンピース・ピーマン・なす、2位は赤ピーマン・にら、3位はトマト・たけのこ・黄ピーマンでした。しかし、苦手な野菜でも、6月と比較すると随分好きの割合が増えていることも伺えます。園や家庭において、野菜が好きになる取り組みをすることで、野菜を知り、親しみ、興味をもつことができたことが結果に繋がったのだと思います。

★ 暮らしき3ベジプロジェクト ★

食育ポータルQRコード



暮らしき3ベジソングQRコード



各園で取り組んだ野菜が好きになるための取り組み

- 水分たっぷりのなすをおいしく食べよう
 - ・絵本の読み聞かせ
 - ・なすのスタンプ遊び
 - ・野菜の浮き沈み実験
 - ・なすを切り、触ったり匂ったりする



- にんじんを食べてみよう
 - ・にんじんスティックで素の味を知る
 - ・包丁でにんじんを切ってみる
 - ・にんじんの断面を比べる
 - ・箱に茹でたにんじんを入れ匂う



- ほうれん草を食べてみよう
 - ・栽培、収穫・似ている野菜と比較、クイズ
 - ・匂とほうれん草に含まれたパワーについて話をする
 - ・すり潰したほうれん草の匂いを嗅ぐ、クッキング



- ピーマンのおいしさを知る
 - ・ピーマンの汁で絵を描く
 - ・ピーマンを縦、横に切ってみたり、触ったり、匂いを嗅いだりする
 - ・ピーマン体操
 - ・千切りにしたピーマンとパプリカの大きさ、味比べ
 - ・栽培、収穫



岡山県保育研究大会で「野菜が好きなお子様になるための取り組み」を発表



令和7年1月23日、岡山コンベンションセンターにおいて、岡山県保育研究大会が行われ、倉敷市保育協議会の取り組みを発表しました。

各園での取り組みや、家庭で取り組んでもらった「3ベジチャレンジ」など、園と家庭とが連携して、食育に取り組んだ発表内容について、岡山県内の子どもに関わる先生方から賛同していただきました。



3年間の「野菜が好きなお子様になるための取り組み」において、保護者の皆様には、お忙しい中たくさんのご協力をいただきまして、ありがとうございました。食育は、子どもの将来を培う大切な活動です。これからも、子どもの健やかな成長のために「楽しく食べる子ども」を目指して、園と一緒に取り組んでいきましょう。