



発寒ひかり  
保育園だより

2025年  
9月号

巻頭言

先日、苦手な子が多い野菜についての興味や少しでも食べてみたいという気持ちに繋がればと思い、味噌汁や副菜などによく出る3種類（えのき、しめじ、まいたけ）のきのこ名前当てクイズをしました。

3種類のきのこの写真が載ったポスターを見せて「きのこの名前わかるかな？」と聞くと子どもたちは、「しいたけ？」「えのき？」など知っているきのこの名前を答えてくれますが、最初の文字をヒントとして伝えてみてわからない様子の子どもたち。「黒っぽいのはまいたけ」、「小さい傘がついているのはしめじ」、「白くて細いのはえのき」と特徴と名前を伝え、何度か写真と名前を確認すると少しずつ興味を持ってくれるようになりました。

後日、給食にきのこが入っている日に、再びお部屋を訪れ、「今日のきのこわかるかな？」と聞くと、「まいたけ！」とほとんどの子が答え、それ以降も、「今日のきのこは、えのきで合ってる？」や「今日はしめじだったね！」などきのこについて子どもたちと話す機会が増えています。「次のきのこクイズいつ？」ときのこが出るのを楽しみになり、普段は残りがちなきのこメニューも少しずつ残ることがなくなってきた、調理の工夫だけではなく、子どもたちに直接伝えることで、食べる意欲に繋がることが改めて実感しました。

これからも、普段の給食によく出る野菜や季節の野菜の名前や栄養などを子どもたちに楽しく伝え、野菜をより食べたいと思う給食作り、食農育に努めたいと思います。

栄養士 越智 晴菜