

育てよう 鏡野のよい子シリーズ



「ひめとうがらしの学習」

「ひめとうがらし」は、奥津の羽出地区で古くから作られていた日本固有種のとうがらしです。昔から羽出地区の人は、このとうがらしを守り伝えてきました。十数年前、奥津の特産物にする取り組みが始められ、今に至っています。このひめとうがらしの収穫等に奥津小学校の三年生は、毎年参加させていただいています。

六月、奥津地区の栽培農家をお願いして、子どもたちは、苗の植え付けを体験します。約十五センチに育った苗が根付くように、しっかりとマルチの中に植えていきます。

七月、ひめとうがらしの花を観察に行きます。四〇センチ以上に育った苗には、白い花がいっぱいついています。

九月、収穫を体験します。赤く色づいた実を、子どもたちは夢中になって収穫していきます。辛みで手や目が痛くならないように手袋をします。

十月、収穫したとうがらしがどうなっているか、てっちりこに見学に行きます。塩漬けにされたり、乾燥されたりした、ひめとうがらしを見て、子どもたちは興味津津の様子です。

一月、「雪ざらし」の体験をします。雪ざらしは雪の上に塩漬けされたとうがらしを並べ、あく抜きをする作業です。小雪の舞う中、子どもたちは、寒さを忘れてとうがらしを並べていきます。真っ白な雪の上に敷かれた鮮やかなじゅうたんのように見えます。

子どもたちは、一年を通して、とても貴重な体験をさせてもらっています。指導してくださる方は、とてもいいねいに子どもたちに教えてくださり、子どもたちも、それに応えようと一生懸命活動します。この活動は、自分たちの住む地域の良さに気づき、子どもたちが地域の方との結びつきを深める大切な学習になっています。

鏡野町生徒指導推進協議会
奥津小学校 数木 二郎

のびのびひろば

～つくって、たべて、元気もりもり～

(富保育園)

左手は
猫の手でしてね



富保育園では、食育指導で毎月「ワクワククッキング」をしています。季節の野菜を栽培・収穫・調理を通して食べ物にふれ、楽しい食事となるようにと取り組んでいます。また、「好き嫌いせず食べましょう」「残さず、こぼさず食べましょう」など食べ物を大切にする気持ちや料理を作ってくれる人への「ありがとう」の感謝の気持ちを持てるように指導しています。

子ども達は、作るの大好き!食べるの大好き!で、1年を通して欠席率が低くとても元気!! 今年度もいろいろな食材を使ってクッキングを楽しもうと思います。



いっしょに
しような～



◎保育園でのある日のこと...

子 「せんせい、おなかがすいた～」(10時ごろにつぶやく)

保育士「朝ごはん、食べてきた?」

子 「きょうは、カリカリたべてきた」

保育士「カリカリ?」(もしかしてシリアル?コーンフレークのことかな?)

“新年度がスタートしました!”

朝ごはんを食べて、しっかり体を動かして遊ぶようにしましょう。何品目も用意しないでいいんです。

エネルギーが出るもの(ご飯と味噌汁、パンとスープなど)を食べてほしいです。

～簡単朝食レシピ～

『洋風雑炊』

【材料】2人分

ごはん……………1杯
シーフードミックス……………50g
さやえんどう……………4枚
トマト……………中1/2個
チーズ……………1/2枚
スープ(コンソメ)……1と1/2カップ

【作り方】

- ①シーフードミックスは、熱湯をかけておく。
- ②さやえんどう、トマトを食べやすいよう小さく切る。
- ③耐熱容器にごはんを①②の具とチーズ、スープを入れ、ラップをせずに電子レンジで2分～2分30秒加熱する。