

なるほど! 子どもの食育

野菜を育て、おいしくいただく食育に ジョア プレーンをプラス

「食を通して夢や感動を体感できる」ことを目標に、園児が自分達で育て収穫した野菜や果物をみんなでおいしくいただく食育を展開。ジョアプレーンも子ども達の丈夫な体づくりにひと役買っています。

取材協力

埼玉県行田市 学校法人むさしの学園 やなぎ幼稚園



施設概要

健やかにのびのびと子どもたちの個性を育む幼児教育を全力で

園児数約 350 人。昭和 44 年の設立以来、子ども達が自分の意思で考え発想し創意工夫し、生き生きと遊ぶ教育に取り組む。

みんなで一緒に飲めるジョア プレーン

栄養のバランスを整え偏食をなくすこと、みんなで同じ物を食べる楽しさを味わうことを狙いとして、週に 3 日の給食を実施しています。子ども達も、みんなと同じ物を食べたり飲んだりすることが大好きです。そこで給食時には、みんなそろっておいしく飲める飲料として、牛乳ではなくジョア プレーンを提供しています。ジョア プレーンは安心して子どもたちに与えられると、先生方からも喜ばれています。

好き嫌いがあっても無理強いしない

園では、好き嫌いがあったり、給食の時間に食事を食べきれなかったりした子がいても、無理強いはいしません。無理強いすると余計に、その食材を嫌いだという強烈なインパクトを与えてしまうからです。その代わりに、保護者や家庭の方と連携するなかで相互に意見を交わし、不足する栄養素を補うなど中長期的スパンで捉えて、子ども達に食事の大切さを伝えるように努めています。段階的に指導していくことで、偏食せずにバランスよく食べられるようになる子どもが大勢います。



施設の
こだわり

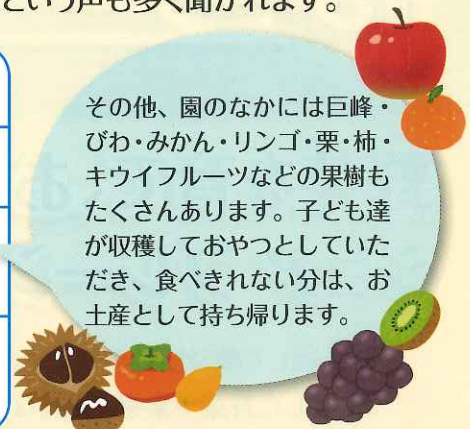
自然とのふれあい、はだしの運動、育てて食べる
給食で、子どもの成長を促す。

子ども達は、どのように自然とふれあい、何を学んでいるのでしょうか…

植えつけから収穫、調理、「いただきます!」までを体験

自分達で育てた物を食べるという貴重な体験を通して、子ども達の食べ物への意識が変わってきます。普段なら嫌いで食べられない物でも、自分で収穫した物は食べられるようになったという声も多く聞かれます。

4月	年中組がトウモロコシを、年長組が枝豆の種を、新芽が出た頃に年少組がミニトマトの苗を植えつけます。
6月	3月に植えたジャガイモや玉ねぎを収穫します。収穫した野菜はお土産にしたり、とれたてを園内で調理してカレーを作ったりします。
7月 8月	トウモロコシや枝豆、ミニトマトを収穫します。他にもスイカでスイカ割りを楽しんだり、カボチャなどを様々な行事やクッキングで利用しています。
11月 12月	6月に植えたサツマイモや、8月に植えた大根を収穫します。野菜は持ち帰ってご家庭で食べていただいたり、12月に焼き芋大会を行ったり、調理したりして楽しめます。



子どもの成長を促す味の感動を大切に

「こんなのが食べたい!」「わあ、おいしい!」。食べたかった物を食べることによる味の感動を園では大事にしています。それは、食の感動の連続が、心身の伸びやかな成長を促すと考えるからです。

「はだしの日」と有用菌で丈夫な体づくり

週に2日は「はだしの日」。はだして外で遊ぶことで、丈夫な体づくりを目指しています。ジョアプレーンの提供を始めたのも、体づくりの一環です。こうした取り組みと園独自の食育、野菜たっぷりの給食で、風邪をひいてお休みする子どもや便秘の相談がほとんどなくなりました。

有用な菌の活用が今の時代こそ大切

ジョアプレーンは、子ども達に人気の飲み物です。今の時代は、土や草、動物と接触する機会があまりありません。加えて、殺菌作用のある薬用石鹸などを用いて全ての菌を処置してしまうため、耐性が弱ってしまう傾向にあります。ジョアプレーンは、有用な菌を体内に入れて体の中から活性化を図る意味でとてもよいと思います。

学校法人むさしの学園 やなぎ幼稚園
伊藤 貴史 理事長

なるほど!メモ

ヤクルトの出前授業「おなか元気教室」

子ども達に正しい食習慣・生活習慣を身につけてもらうために、ヤクルトグループでは、小学生を主な対象とした出前授業を実施しています。うちの状態や腸の大切さ、腸における乳酸菌の働きなどを楽しく学べる45～60分の授業です。年間に約3,000回、20万人の方にご参加いただいております。また海外でも8の国と地域で実施しています。

2015年 文部科学省「青少年の体験活動推進企業表彰」審査委員会奨励賞を受賞。
ご希望の場合は、担当のヤクルト販売会社、またはヤクルトお客さま相談センター(フリーダイヤル 0120-11-8960)までお気軽にお問い合わせください。

