

# 食べる力は生きる力

～つくってみよう朝ごはん～

## 年間計画

	テーマ	主な活動	収穫・採集
4	お弁当作りを手伝おう	<ul style="list-style-type: none"> <li>・お母さんと一緒に弁当づくりをする。</li> <li>・いただきます・感謝の心</li> </ul>	野いちご よもぎ他
5	命を感じよう	<ul style="list-style-type: none"> <li>・夏野菜の植え付けを丁寧にやさしくする。</li> <li>・稲の種まき、苗植えをする（バケツ栽培）</li> <li>・収穫を通して自然の恵みに感謝する。</li> </ul>	そら豆
6/14	1年生とクッキング	<ul style="list-style-type: none"> <li>・カレーを作って食べる。</li> <li>5歳児はピーラーでじゃがいもの皮をむく。</li> <li>1年生は食材を包丁で切る。</li> </ul>	じゃがいも たまねぎ きゅうり
7/1	大切にしよう 私だけの包丁	<ul style="list-style-type: none"> <li>・各自が自分の包丁を持つ</li> <li>・キャンプを前にマイ包丁でカレーづくり</li> <li>・キャンプで自分達の生活を体験する。</li> </ul>	なす ピーマン スイカ
8	早寝早起き 朝ごはん	<ul style="list-style-type: none"> <li>・早起きカードで毎日元気に登園する。</li> <li>・朝ごはん、何食べた？ なぜ大事？ (朝食内容に関心を持たせる)</li> </ul>	かぼちゃ とまと ゴーヤ
9/8	おばあちゃんの 味噌づくり	<ul style="list-style-type: none"> <li>・おばあちゃんの味噌づくりを手伝う。</li> <li>・おばあちゃんの話聞き味噌の効用を知る</li> </ul>	枝豆 とうもろこし
10/30	おいしいごはん	<ul style="list-style-type: none"> <li>・バケツ栽培の稲を脱穀・もみすりをする。</li> <li>・収穫した米でご飯をたき皆でいただく。</li> </ul>	米 むかご
11/5	つくってみよう 私たちの味噌	<ul style="list-style-type: none"> <li>・媒体で、おばあちゃんの味噌作りを復習する</li> <li>・収穫した大豆で味噌を作る。</li> </ul>	いも・大豆 ピーナツ
12/16	保存食を知ろう	<ul style="list-style-type: none"> <li>・今まで作ってきた保存食をふり返る。</li> <li>・マイ包丁で切干大根を作る</li> <li>・即席漬物を作る</li> </ul>	大根・人参 冬イチゴ
1/7	朝ごはん作れるかな？	<ul style="list-style-type: none"> <li>・朝食の献立を考える</li> <li>・おばあちゃん味噌を使って味噌汁作り</li> <li>・皆で力を合わせて朝食メニューを作る。</li> </ul>	かぶ 小松菜 七草
2/10	みそ開き！	<ul style="list-style-type: none"> <li>・私たちのみそでだご汁づくり</li> <li>・おにぎりつくって、みそおにぎり！</li> </ul>	ブロッコリー レタス
3/28	マイ包丁と味噌をもつて、さあ卒園	<ul style="list-style-type: none"> <li>・朝ごはんにはお漬物！高菜で青菜漬を作る。</li> <li>・お父さんお母さん朝はやっぱりご飯とみそ汁</li> </ul>	たかな ハウレンソウ