

# たべもの通信

平成20年10月25日

発心保育園

実りの秋・食欲の秋です。

うらら農園のピーナツやさつま芋の収穫時期。子どもたちはピーナツが地面の中から出てきたことが驚きのような様子でした。ひとつひとつ大切に摘み取り、収穫した日のおやつにゆでたピーナツを、みんなで美味しく食べました。

## 稲のバケツ栽培



今年は稲の収穫期になって、穂が枯れたようになってしまいました。しかし、実った稲を大事に刈り取り、軒下に干しています。



沢山のお米が出来ると思っていたのですが、作物を育てることの大変さを実感しました。

お米はかまどで炊いておにぎりを作る予定です。収穫したお米だけでは足りないので、お芋か、むかごかを入れてみようかな・・・

## いも掘り



10月24日芋ほり実施！

年長児が芋づるをひっぱります。ウントコショ！ドッコイショ！「引っ張っても取れん！」「つながってるやん」など口々に言いつつ芋が少し顔を出してるのを見つけると、大きな歓声！！沢山の収穫でした。

芋ほりの後はクワで耕します。腰つき良いですね・・・



収穫した芋をコンテナで運びました。「イチ・ニのサン」力をあわせて持ち上げます。おろすときも「休みまーす！」と声掛け合ってすばらしいチームワークで事をなしています。途中で作戦会議??芋を分散して持ったり、芋だけ先に運んだり楽しみながら農園から保育園まで運びました。



芋ほりの絵を描いています

芋の茎をはさみで切る3歳児。今日の給食に特別に登場・・・大好評でした

## 遊び食べて???

### 遊び食べる要因

- ・空腹ではない
- ・食べることに飽きてしまう
- ・苦手な食べ物がある
- ・食事以外のものに気をとられてしまう
- ・構って欲しい、注目されたい
- ・テレビをみながら食べる
- ・眠い

### 「食べ物文化より」

子どもの食事が一番困っているのは「あそび食べ」次が「偏食」「むら食い」と続きます。なぜ遊び食べるのでしょうか。一番の要因はおなかが空いていない・・・です。また、全部食べてもらいたいが為に時間をかけるとどうでも良くなります。

適度な活動量と食事の雰囲気が必要のようです。

出来るだけ家族そろっての楽しい食事を心がけましょう

体を動かしよく遊ぶことが、よく食べよく眠りよく育つ子どもをつくるのではないのでしょうか。

「手づかみ食べ」は赤ちゃんが自分で食べようとする意欲の芽生えです。遊び食べではありません。