

わたしから始まる高知の食育

～毎月19日は「食育の日」～



高知市立保育所では災害に備えて、3日分の備蓄食を準備しています。備蓄の入れ替え時には、職員が備蓄食の作り方を確認したり、子どもたちが備蓄食を使った給食で味を経験するなど、災害時に備えています。

高知市立石立保育園の取組をご紹介します。



非常時に備えて、備蓄食を知ろう・食べてみよう

① 事前学習



非常時とはどんな時かな？ 備蓄食とは何かな？と先生が子どもたちにわかりやすく説明。「アルファ化米」初めて聞く名前ですが、子どもたちも真剣に話を聞いています。

② アルファ化米と普通のお米を比べてみよう



いつものお米とアルファ化米の違いをじっくり観察。形・色・匂いの違いに気づく子どもたちもいました。「お家のごはんと作り方が違う」「お水を入れるだけでできるのかな」沢山の子どもがつぶやきが聞こえます。

生米とアルファ化米を入れたペットボトルそれぞれに水を入れて変化を比べます。

③ アルファ化米を作ってみよう

5歳児さんは自分の名前を書いてもらったパックに水を入れてもらい、自分で封をしてごはんを作ります。

できあがったアルファ化米の袋を開けてみます。

お皿にアルファ化米をうつし、給食のカレーをかけて「いただきます!!」

本当にごはんになるのかな？



いい匂い

早く食べたい



おいしそう

おかわりしたい



【保護者へのお知らせポスター】



【取り組みを通して～職員の感想～】

- ・日頃、家庭や保育園で食べている食事とは違う食経験ができた。
- ・非常時でも食べられるアルファ化米があることを知り、安心した。
- ・職員も缶詰以外の備蓄食の作り方や量等を把握することができ、非常時にも落ち着いて、子どもに食事を提供する経験ができた。
- ・保護者に保育園に備蓄食があることを掲示物で知らせたり、試食を知らせることで、災害時の保育園の対応を知ってもらうことができた。

いろんな体験が子どもたちの防災活動や備蓄食などへの興味・関心につながっています。