

11. 雲仙保育園（長崎県　雲仙市）

—食育（味噌造りの工程から熟成・温泉たまごをつくろう）—

1. 所在地

長崎県雲仙市雲仙373番地

2. 定員数

30名

a. 研究目的

平成の大合併と言われる大きな変革のなかでこの秋、近隣の7町が合併し新しく雲仙市が誕生しました。

本園は雲仙市の名称にもなった雲仙国立公園の中央に位置する所です。昭和38年に設立され今年で42年が経過しました。

90名の入所児童を維持していたのですが、平成2年の普賢岳噴火は地元住民の転出を余儀なくされ、併せて入所児童の減少を招いたのです。

しかし、つねづね心していた、あるがままの姿をいかに活かして行くか、の視点に立った時、少ないからこそ実現可能などりくみを進めて行くことへ、おのずと意識が変わって行きました。

さて、設立当時の昭和38年は、翌年に東京オリンピックを控え、日本の経済成長も目覚ましく、カラーテレビも普及し始めました。インスタント食品が色鮮やかに映し出され、手軽さや味を繰り返し強調する場面に目を奪われ、こころ奪われるものがなんと多かったことでしょうか。

時代（時）はベビーブームと呼ばれた頃に誕生した子ども達が、まさに食べ盛り、育ち盛りの時期に合わせるかのように様々な食品が一気に溢れだしました。ラーメン、ハンバーグ、カレー、味噌汁等々、数え上げるとどの位の数になるのでしょうか。

そうした時代の背景を受けて育った子ども達が親になり、その子ども達が今日の園児たちの親でもあります。家庭から調理器具が消えかけていると憂慮される姿ひとつとりあげても善し悪しを問わずして、受け入れなければならない現実に、なん

とも侘しい思いが募ります。

いつでも、どこでも、好きなものが好きなだけ求めることが出来る、コンビニやスーパーマーケットが活躍しています。

万人好みに味付けがなされた食べ物を手にするとき、どのような食材がどのようなプロセスをへて出来上がったのかを、子ども達ばかりではなく大人たちさえ思い図ることを忘れてはいないでしょうか。

ある日の子ども達との会話のなかに今回の課題を見いだした一コマがあります。日曜日、母親と一緒にいったお買い物。翌日、お買い物の様子をいろいろ話してくれたのです。

「お菓子、果物、みそしると僕のトレーナーを買ったよ」と服を見せてくれたのです。

「アラ、みそしるも買って来たの。そのみそしる、どうやって食べるの？」とあえて尋ねてみると、

「先生、しらんとね。お湯ばい入れてたべるとさ」と「そんな事もしらないの」と言わんばかりのけげんな表情に、こうしたことが当然（あたりまえ）の事として受け継がれ、根づいて行くことの危機感を覚えたのです。

たった数分間の子どもとの会話に、体験を伴った本物の味覚を知らせる事の大切さを痛切に感じ、「味噌造りと熟成」の体験をはじめ、当地は温泉地であるだけに、温泉熱を利用した温泉たまごを作ることで生まれ育つ故郷の力も併せて伝え、故郷への愛着心も育みたい。そうした思いが今回の研究目的につながってきたのです。

もとより、本園においては「食育」に対する4つの基本理念を基に取り組んでまいりました。

保育を通して「食」を伝えるなかで、

- ・ 「食」の成り立ちやこころをしらせる。
- ・ 「生き物の命」をいただき生かされている命の循環を知る。
- ・ 「味覚」を共有することを喜ぶ。
- ・ 「太陽、雨、しも、雪、氷」「温泉、地熱」などの自然エネルギーがもたらす恵みを知る。

かくして、味噌造りと温泉たまごの研究がスタートしたのです。

b. 研究内容

- ①味噌造り（その工程と熟成まで）
- ②温泉たまごつくり（身近に存在するエネルギーを利用して）

c. 研究スタッフ

研究責任者	園長	金子寿重子
研究協力者	栄養士	伊藤頼子
スタッフ	主任保育士	野村明美
	保育士	酒井文子
	保育士	山本龍子
	保育士	林田好美
協力（パート職員） 2名		

d. 研究方法

- 味噌造り
- 味噌造りに必要な材料を知る。
 - いろいろな豆の種類に触れる。
 - 加熱前と煮上がった大豆の大きさの変化に気付く。
 - 麹の匂い、感触、色を観察する。
 - 味噌造りのための工程を図鑑や本でみる。
 - 指導者の話を聞き、順序よく仕事をする。
- 温泉たまご
- 蒸気の量が多い箇所へたまごを置き、熱が逃げないような工夫をする。
 - 温泉たまごが蒸し上がるまでの時間に合わせた散歩コースを話し合う。（通常20分程度で出来上がる）

ア. 研究の実施状況（研究会議、具体的な内容）

研究会議（1） 開催日 平成17年8月5日

議案 研究テーマの設定理由と内容の説明

経過 研究責任者より今回の研究テーマの設定理由と研究内容についての説明に対し、職員全員からその趣旨に同感の気持ちが述べられた。

〈味噌造りについて〉

ファーストフードが蔓延して行くなかで、味噌造りはまさにスローフードそのものであり、熟成していく折々の変化（色、かおり）などにも触れさせて行く。

保育者全員も子ども達同様に初めての体験となるようだ。

研究責任者である筆者の家業が醤油、味噌、酢などの醸造元であったこともあり、幼い頃から見聞きしていたいろいろな情景がここに及んで蘇ってくるものがある。記憶をたどってみたい。

職員からの情報によると、近郊で昔ながらの仕込みの方法をとりいれた味噌造りを実施しているグループがあると言う。

指導してもらってはどうかとの提案がなされた。

さっそく連絡をとってみることとなった。

〈温泉たまごについて〉

「熱」がもたらす力とよろこびを、現地で味わうことによって共有する。

温泉たまごについては地獄地帯の遊歩道は日常の園外保育で行う散歩コース。

噴き上がる白い蒸気がうれしいおやつを作ってくれることを体験させる。

大地の持つエネルギーを身近に感じてくれる事を期待したい。

研究会議（2） 開催日 平成17年8月30日

議案 味噌造りについての具体的なプラン

経過 期日 9月24日実施決定

対象者 年長児を中心とした親子体験

指導者 地元にて地産地消を提倡し、味噌造りを広めているグループの代表者に依頼し、本園の研究目的に賛同、協力の同意を得る。

準備 煮大豆、麹は近くの食料店より取り次いでもらう。

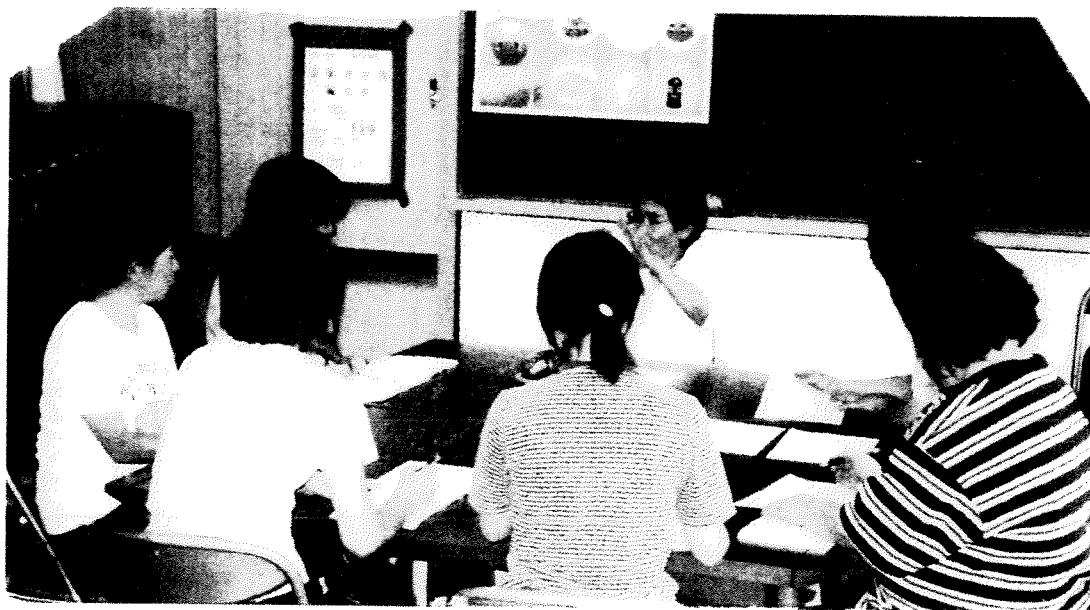
研究会議（3）味噌造り事前勉強会（開催日 平成17年9月10日）

議案

- ・講師を囲んで事前勉強会
- ・実際の手順を体験する

経過

- ・麹菌は雑菌に弱く、味噌造りは比較的涼しい日が好ましい。
- ・また、塩は自然塩を使いたい。天候の状態をみながら、塩の量を加減する。
- ・味噌造りにたずさわるときは雑菌が交じらないように三角布、マスク、手袋（調理用）をつける。
- ・大豆の煮汁はすべてないように。（味噌のまろやかさを出す）
- ・これまでの経験をふまえ失敗のない味噌造りの方法を伝授してもらう。



研究会議（4） 当日役割分担と子ども達の活動について（開催日 平成17年9月22日）

経過 子ども達のかかわり 麹をほぐす

材料をまぜる

親のかかわり 材料をまぜる

大豆を石臼ですりつぶす

麹とつぶした大豆をなじませるため石臼で混ぜ

合わせる（麹、大豆、塩、煮汁）

かめ壺に詰め入れ、密封する

などの作業内容と手順を説明後、作業に入る。

保育士は子ども達がまんべんなく体験出来るよう配慮する。親子の活動を補佐する。

研究（1）味噌造り

(実施日 平成17年9月24日)

味噌造りの様子は本園の食育通信「らんちたいむ」で紹介することと致します。

臼のなかでつぶされ、混ぜ合わされたそれぞれの材料はすでに味噌の香りがただよっていました。

これから2ヵ月間、壺のなかで静かに熟成していくのです。

手作りの味噌造りのレシピ

〈材料〉

茹で大豆……………15kg

麹……………35kg

塩（五島灘の塩）………5kg

湯冷まし……………茶碗3杯位（出来れば、大豆の茹で汁が良い）

〈作り方〉

①大豆を一晩、漬ける。

軟らかくなるまで煮る。

ザルに上げ、湯を切る。

熱いうちに、すりつぶす。

②あら熱を取り、塩と麹を混ぜる。

③湯冷ましを加熱して、練る。

④容器に入れる。

⑤味噌の上に、ラップをはり、重石を載せる。

らんちまいむ

日本の伝統食品　みそ

手作り味噌を作ろう！

平成 17 年 9 月 24 日（土）

手作り味噌名人 原田 ヤチ代様を講師に招いて、親子でクッキングをしました。日本の伝統的な味には、大豆を原料にしたもののが、沢山あります。皆さんは何を思い浮かべますか？豆腐、凍り豆腐、湯葉、納豆、・・・そして味噌。

吉妻味噌は、地元で採れる大豆を使っての、こだわりの地産地消の味噌作りです。お話を聞いたときに、「此処までくるのに、諸先輩の方のご指導を受け、長年の試行錯誤がありました。ムロの温度調節や衛生面の大変さは、言いたいものがあります。」と話されていました。味を伝承していく事の難しさを痛感したものです。

昔は、家庭で使う一年分を、9月のこの時期に仕込んでいたそうです。参加された方の家では、醤油も作られていたそうですよ。

子ども達は、大豆を洗いましたが、「丸くて、固いね。」「洗ったら、シワシワになったよ。」と、よく観察しています。石臼で、蒸し大豆をつぶしたのですが、「もちつきだ！」と言った子がいました。「う～ん、納得！」

蒸し大豆の味見の感想は、「おいしいね！」って。麺の匂いは、「いいにおい！」という子もいれば、「くさいよ！」という子もいて様々です。

作った味噌は、暫く、お休みさせて、おいしいお味噌が出来るのを、楽しみに待ちましょうね。

お忙しい中、御参加頂きまして、有難うございました。お陰様で、子ども達は、沢山の体験が出来ました。後は、出来上がった味噌で、何を作りましょう！お楽しみに！

みそのできるまで 平成 17 年 9 月 24 日

〈味噌の原料〉 大麦、大豆、塩（自然塩）

〈味噌ができるまでの作業〉

第一日目

※ 麦を洗う 2～3時間くらい セイロで洗す。モロブタで冷ましコージ菌をまぜる。
（水につけておく。）

※ コージ菌入りのモロブタを、ムロに入れ温度調節をしながら一晩おく。

※ 大豆を洗う 一晩水につける。

第二日目

※ 大豆を洗す 洗した大豆をつぶす つぶした大豆を冷まし塩をまぜる。

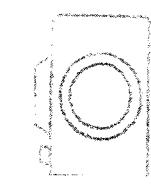
第三日目

※ 麦コージ、つぶした大豆、塩、を混ぜ合わせて、50キロのタルに入れ、約二ヶ月間
温度調節をしながら、倉庫で保管して熟成したおいしい味噌が出来るのを待つ。

吉妻味噌



豆作りの上手なアドバイス



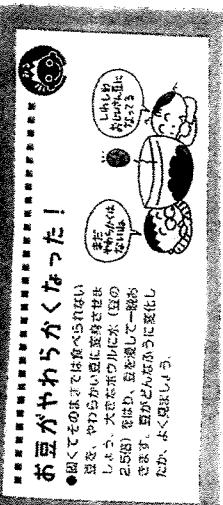
同じ豆、集まれ

- いろいろな豆があるので、分別け(しょくべつ)と豆を並べて並べるだけが面白いです。
- 「せんせき」(せんせき)はおはなめ(ひらめ)くから豆を並べると、それそれの特徴(とくちょう)と名前が見えます。



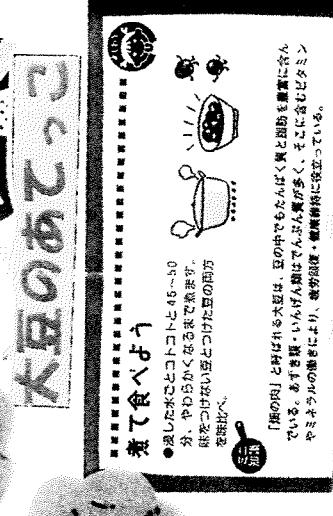
お豆がやわらかくなつた!

- 固くてそのままでは食べられない豆を、やわらかくするために豆湯(豆のゆ)で煮る。大豆(だいりゆう)は水(みず)2.5倍(2.5び)でねり、豆粒(まめの実)は一粒(いちりゆく)さまで豆がどんどん大きく変化(へんか)していく。



大豆のあてっこ

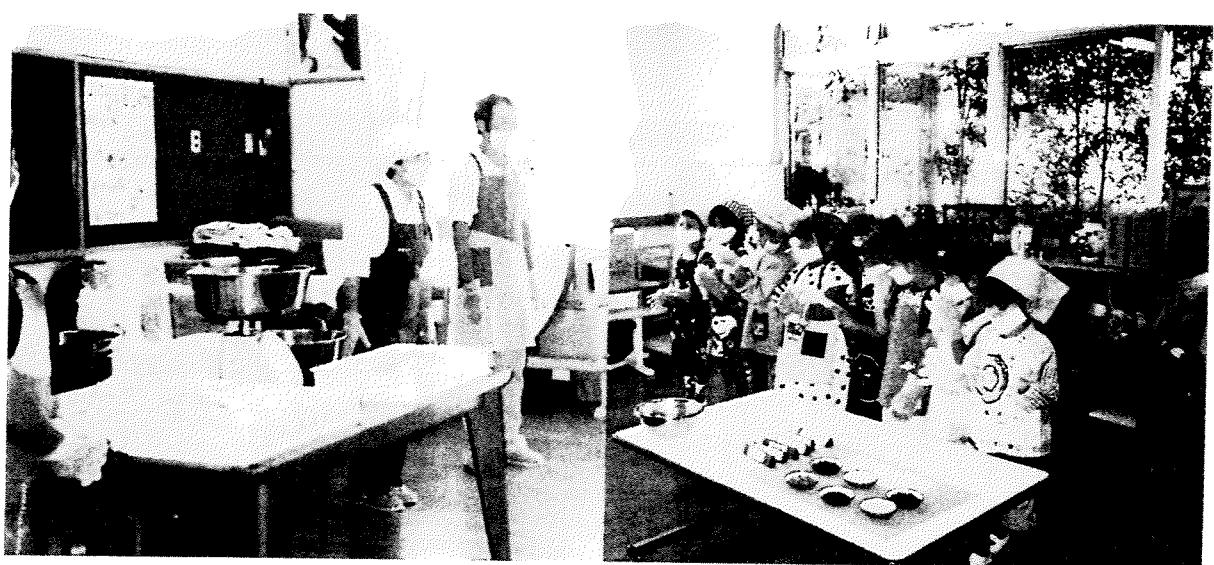
- 大豆は、どうやって作(つく)ります?
- 大豆は、どうして味(あじ)がいいのです?
- 大豆は、どうして甘(あま)いのです?



食べて食べよう

- 温(ぬる)い水(みず)でコトコト(45~50分)煮(いた)め、やわらかくなるまで煮(いた)めます。
- 味(あじ)をつけない豆(まめ)とつける豆(まめ)の方(ほう)を味(あじ)つけ。

「味(あじ)」と呼ばれる大豆は、豆(まめ)の中でもんぱく質(たんぱくしつ)と脂肪(しぼう)を豊富(ほうぶつ)に含んでいます。あさき豆(まめ)・ひらめ豆(まめ)は、人が豆(まめ)が多く、そこに含むビタミンやミネラルの働きにより、味(あじ)が濃(こな)く、味(あじ)が立(たつ)っています。



どうぞよろしくお願ひします！



おばあちゃんも
お母さんも準備OK



麹をよくほぐして



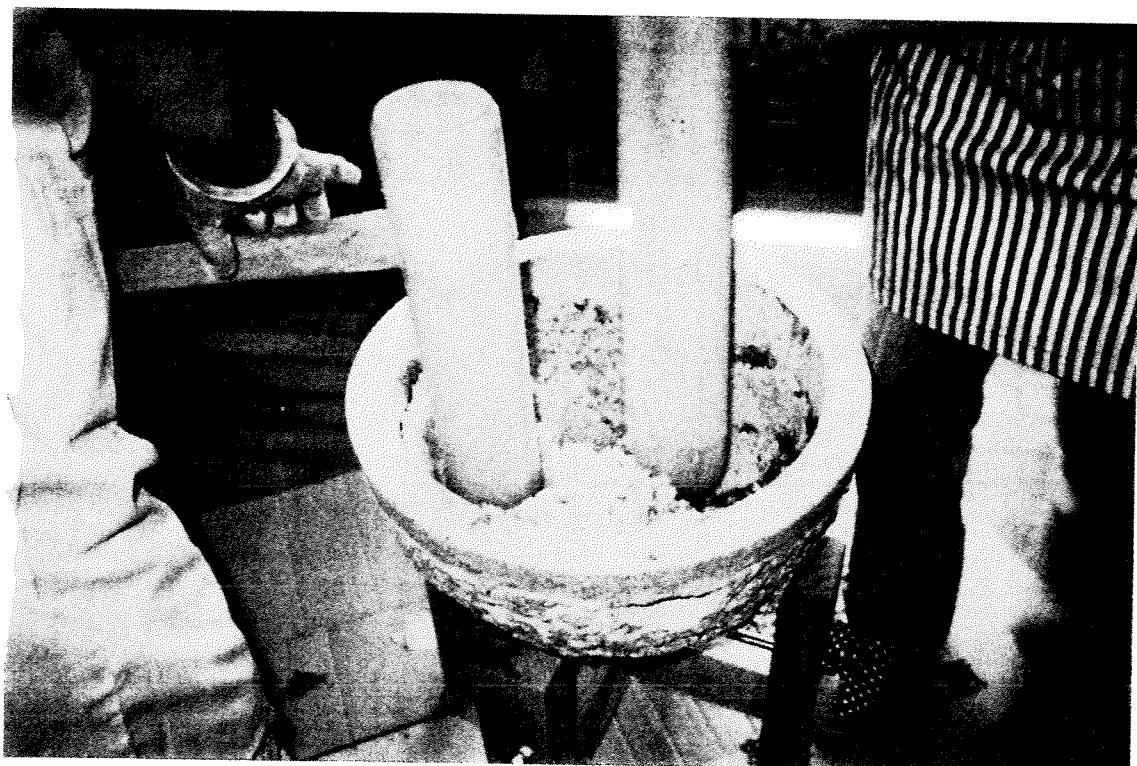
ほぐした麹と、やわらかく煮た
大豆をまぜます。



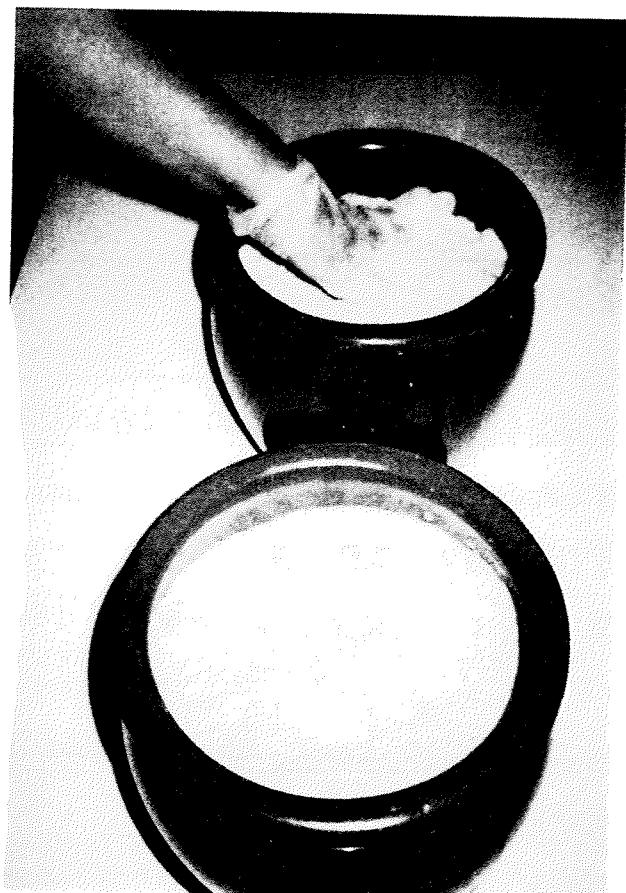
分量の天然塩を正確に
計ります。



麹、大豆、塩を混ぜ合わせ、
石臼にいれ材料をつぶします。



じっくりなじませる。



臼で柔らかくなったらかめ壺
に移し、空気が入らないよう
に詰めます。



おみそができました！

これから2ヵ月間じっくりと熟成して行くのを待ちましょう。

研究（2）温泉たまごつくり

(実施日 平成17年10月20日)

温泉地帯という地の利を活用してつくる温泉たまご。噴き上がる地獄の白い蒸気は沸点に近く、とっておきの条件がととのっています。

生まれながらにしてこの地に育つ子供たちは、こうした環境があまりにもあたりまえの光景でしかないのでしょう。

故郷のもつ力を何も感じる事なく大人になって行くのではないだろうか。そんな心配がこの体験活動にかかり立てたのです。

ネットに入れた生卵をさげて、目指すは地獄一帯へ。

蒸気の排気口へたまごを置いて、いつもの散歩コースを一巡（その間20分）。温泉たまごの出来上がり。

ホットカーペットのように暖かい石畳にすわり、夢中で熱い卵をほうばる子どもたちは、最高にうれしい時間でした。

卵だけでなく、さつまいもやとうもろこしも蒸してみようと、次回を約束して年少さんへのおみやげの温泉たまごをしっかり抱えて園へ帰ったのでした。



紅葉が美しい山のふもとにわきいづる地獄の遊歩道を歩く子どもたち。



熱い蒸気の排気口へザルをおいて卵を並べます。

熱が逃げないようアルミホイルで全体をおおいます。



およそ20分、地獄一帯をお散歩している間に、ほーらこんなにおいしい温泉たまごが出来ました。

研究会議（5） 反省会 平成17年10月21日

議案① 子供達になにを伝えられたか

味噌造りについて

経 過　　はじめて嗅ぐ麹をほぐしながら、「いい匂い」と表現した子ども達、日本人の嗜好や味覚の本質的な部分を持ち合わせていることに大きな希望がもてた。子ども達へ伝えたい思いは母親へ伝えたい思いでもある。今回の経験を通して家庭における「食」への関心が深まって行く事を期待したい。

- ・自宅で造りたいとの意欲を見せる母親は指導者へ細かい質問を投げかけていた。
- ・仕事の都合で参加出来なかった母親から再度味噌造りの機会を持つてほしいとの強い希望がある。意欲に応えてあげたい。

議案② アンケートの考察

イ. 保護者からの感想

●私の祖母も昔、味噌と造っている所を見たことがあります、今回初めて味噌造りに参加し、本格的にうすやきねで、麦や大豆、麹、塩を入れ、つきました。2ヵ月後に出来あがるのが楽しみですね。

●市販で買える便利な時代に生まれた子供達の手で造る事により、身近な「みそ」一つにしても、これだけの手間をかけて造られている。また、「どうして？」「何で？」等、疑問を抱き、考え、それを学ぶ。日常では体験できない体験をし、また、結果を楽しみにできる。この日一日で、子供達は色々な事を得たのではないでしょうか。子供達だけでなく、私達、保護者にとっても、いい経験をさせて頂きました。また、この様な機会があれば、ぜひ、参加させて頂きたいと思います。

●家庭で手作り味噌を作る事がないので、お味噌が大豆から出来ているなど、知る

事が出来て良かったと思います。

- 手間がかかる分、おいしい味噌ができるんだなと思いました。
- 私は参加しませんでしたが、作り方を知っていたら、将来、自給自足の生活がやってきた時、ためになるかなと思いました。
- 子供の頃、家族でよく作っていました。ゆでた大豆の香りがすごく良かったのを今でもおぼえています。
- 私自身は作った事はないのですが、幼い頃、祖母が自宅で味噌を作っていました。どのように作っていたかは覚えてないのですが、自宅の裏の小屋で麹をつくっていたのを覚えています。

ウ. 食に関するアンケートの集計と分析・考察

日本保育協会アンケートと併せて、本園独自のアンケートも実施しました。アンケートの考察を下記にまとめてみました。(集計結果は別紙資料を参照)

考察1 (日本保育協会アンケート)

今回2種類のアンケートによって異なる視点から、さまざまな「食」のかたちや背景が数値化されたなかで、はっきりと見て取れる姿がありました。

着眼1 就寝時間が遅い。園児の7割が午後10時を過ぎて就寝している。子供達の午前中の姿からみても領けるものがある。睡眠に関するいろいろな情報を提供して来た、あきらかに大人の生活サイクルへ巻き込まれているといえる。子どもの成長発達の視点から働きかけなければならない。

着眼2 設問13の保育所へ期待する内容の順位は家庭に於ける「食」への反省を期

待へと置き換えられたものと言えないでしょうか。

本来、家庭で充足されなければならないもの。家庭だからこそ充足できるものと理解していた事柄だけに、とかく責任も使命も他者へゆだねる風潮が益々ひろがって行く、そのような傾向に憂いを覚えます。

考察2（雲仙保育園アンケート）

味噌造り体験を前提にした設問内容を中心とした考察を記すこととします。味噌の材料の設問にたいしては半数以上の母親が把握していたが、それ以外の人は知らなかつたと見るべきか、関心を示さなかつたと見るべきなのか、現代の親の姿がここにもあります。

また、味噌を使った得意メニューの問い合わせに、みそ汁があがっていない。どうしてでしょうか。一方、みそ汁のだし汁にだしの素や煮干し、かつおを使用するという。数字だけが示しているのは単に知識としてのものであり、実際とは意味を異にすると理解するのは手厳しいでしょうか。

みそ汁はお湯をいれて作るものだと譲らなかつた前述したA君家のみそ汁はみんなの家のみそ汁そのものなのです。

ウ.まとめ

数年前、離乳食を作るにあたつて、生まれてまだ数カ月しか経過していない赤ちゃんの舌はいったいどのような「味」を求めているのだろう。そんな疑問が職員間で話題にあがつたのです。さっそく試してみました。

味のベースになる「おだし」に、かつお、いりこだし、市販のもの、昆布と4つの「だし」の材料から「おだし」をつくり、与えてみたのでした。目をキラキラと輝かせて乗り出すようにスプーンに口を近づけてきたのは昆布だしを使った離乳食でした。昆布が醸し出す「うま味」に対し、見事に反応を示してくれたのでした。人は生まれながらにして神聖な「味覚」を持っている事を、わずか6カ月の赤ちゃんから大きなメッセージをもらったのです。

家庭の味から育まれて行くはずの「神聖な味覚」は、コンビニやスーパー・マーケ

ットによって育てられているいると言っても過言ではないでしょう。家庭の台所から漂う香り、まな板の音、器に盛られた料理の美しさなど、あらゆる感覚が総合的に働きあって「おいしい！」と、思わずほとばしる、その瞬間すでに豊かなこころが育まれて行く過程であると思うのです。その瞬間を沢山与えてあげたいものです。

人に良いと書いて「食」と読みます。「食」によって人が人らしく育まれて来たのだと信じて疑いません。そしてこれからもそうであって欲しいと切に願っています。ほんものの味を伝えることは、人間としてのほんものの心を育む事に通じると思うのです。私どもはそんな願いを使命と認識し、日々の給食に願いを託しています。

今回の体験を子ども達がどのように受け止めてくれたか、そのすべてを推し量ることは出来ませんが、成熟がすすむ様子を園内に漂う匂いで気づき、「味噌の匂いがするよ」と職員に教えてくれる昨今です。

本格的な熟成まであとひと月待たなければなりません。子ども達の期待感も日ごとに高まって行くことでしょう。大きな鍋に豚汁をつくり、親子で作った味噌の味を楽しんでもらいたいと計画しています。フーフー、熱い湯気を吹きながら、「おいしいね！」「そうだね、おいしいね！」と親子のうれしい会話が交される事でしょう。そして、忘れられない思い出として、いつまでも心に残って行く事思います。おいしい思い出を沢山残してあげたいのです。味覚の思い出は人のこころを振り動かす力がある事を、いつの日か子ども達の中から気付いてくれる事に願いを託したいと思います。

日本保育協会アンケート集計結果

(回答者 26名)

A 貴方の年齢は
20代.....15名
30代.....5名
40代.....6名

B 貴方の性別
女性.....26名
男性.....0名

C 保育園に通うお子様の年齢は何歳ですか

0歳	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳	6歳
(1)	(5)	(4)	(5)	(8)	(5)	(4)

D 家族構成
核家族 (13) 祖父母と同居 (8) その他 (5)

お子様の生活時間や食生活について

1. 起床時間は何時ですか。
(32人中)
①7:00~7:3015 (人)
②6:30~7:007
③6:30以前4
④7:30~8:004
⑤8:003

2. 就寝時間は何時ですか。
(32人中)
①22:00~22:3017 (人)
②21:30~22:005
③20:30~21:004
④21:00~21:304
⑤22:30以降2
⑥20:30以前0

3. 朝食は毎日食べますか。
(32人中)
①毎日食べる20 (人)
②時々食べる9
③殆ど食べない3
④食べない0

3-1 朝食はどのようなものを食べますか。
(26家族中)
①手作りの食事18
②加工食品やレトルト食品8
③インスタント食品0

3-2 朝食は主に誰と食べますか。

(26家族中)	①母親と食べる	14
	②父親と食べる	6
	③兄弟と食べる	3
	④祖父母と食べる	2
	⑤一人で食べる	1

3-3 朝食を食べない理由は何ですか。

※該当者がなく回答なし

3-4 週に何回くらい家族そろって朝食を食べますか。

※平均的な回数として4回程度

4. 保育園から帰宅して夕食までの間に間食しますか。

(32人中)	①間食する	26(人)
	②間食はしない	6

★間食の種類と順位 (おにぎり、パン、果物、アイスクリーム、チョコレート)

5. 夕食はどのようなものを食べることが多いですか。

(26家族中)	①手作りの食事	20
	(家庭で材料から作った)	
	②加工食品やレトルト食品	3

③インスタント食品 3

5-1 夕食は主に誰と食べますか。

(複数回答)	①母 親	15(人)
	②父 親	11
	③兄 弟	7
	④祖父母	3
	☆一 人	0

5-2 週に何回くらい家族そろって夕食を食べますか。

※週平均5回程度

6. 食事時間はだいたい何時くらいですか。(26家族中)

朝食	7:00~7:30	12(家族)
	6:30~7:00	7
	7:30~8:00	4
	8:00~8:30	3
夕食	18:30~19:00	12
	19:00~19:30	10
	19:30~20:00	4

6 - 1 朝食や夕食の時間は決まっていますか。(26家族中)	
ほぼ決まっている	22
不規則	4

7. 家庭の食事に園の献立や給食だよりを活用していますか。(26家族中)

- ①時々している 15 (家族)
- ②殆どしていない 5
- ③よくしている 3
- ④していない 3

活用方法 (夕食とのバランスをとったり献立のヒントにしたりしている)

8. 食事を楽しむため工夫していることは何ですか。

- ①家族そろって食べる 12 (家族)
- ②会話を楽しみながら食べる 11
- ③テレビをつけない 3
- 材料の彩りや盛り付けの工夫 回答なし
- その他 回答なし

9. 食事について困っていることや心配していることがありますか。

- ①遊び食べ 14 (家族)
- ②少食 4
- ③かまない 5
- ④好き嫌い 3
- その他 (回答なし)

10. ご家族で食生活について、問題を感じていますか。

- ①献立の偏り 10 (家族)
- ②野菜不足 8
- ③外食やレトルト食品の多用 6
- 特になし 2
- 味付けが濃い (回答なし)
- その他 (回答なし)

11. (ファミリーレストランやファーストフード) をどのくらい利用しますか。

- ①月に1回か2回程度 11 (家族)
- ②利用しない 10
- ③週に2回以上 2
- ④週に1回か2回程度 1
- 回答なし 1

12. 1週間のうちレトルト食品や冷凍食品をどのくらい利用しますか。

- ①週に1、2日 15 (家族)
- ②利用しない 10
- ③週に3、4日 1
- ④ほぼ毎日 0

13. 保育園の給食に何を期待しますか。また、その理由をお書きください。

- | | |
|----------------|----|
| ①バランスの良い食事 | 19 |
| ②旬の食材を使用 | 12 |
| ③安全な食材の使用 | 12 |
| ④好き嫌いをなくす | 10 |
| ⑤食事のマナーの習得 | 8 |
| ⑥郷土料理を取り入れて欲しい | 5 |

その理由

- ・家庭で出来ないから
- ・大勢での食事だと好き嫌いが言えなくなると思うから
- ・行事食や季節の料理を考えもらっているから

14. 保育園の給食やおやつなど食べ物についてお子様から話題があがりますか。

- | | |
|---------|----|
| ①よく話す | 16 |
| ②時々話す | 5 |
| ③話さない | 4 |
| ④殆ど話さない | 1 |

15. 家庭でお手伝いさせていますか。(4、5歳児のみ)

- | | |
|------|---|
| ①はい | 7 |
| ②いいえ | 3 |

16. お子様の食事に関して感じていることやご意見があつたらお書きください。

- ・家庭で十分出来ないので保育園を頼りにしていることが大きい
- ・ついつい便利さを優先した食事にかたよってしまっていることを今回のアンケートを記入しながら感じた。

雲仙保育園アンケート集計結果

1. アンケート対象人数（回収率100%）

年齢	0歳児	1歳児	2歳児	3歳児	4歳児	5歳児	6歳児	合計
人数	1人	5人	4人	5人	8人	5人	5人	32人

保護者数→26名

2. お子様は、1日のうちで、排便はありますか？（単位：%）

毎日	92
時々（週4回）	4
（週5回）	4

3. お子様は、朝食を食べていますか？（単位：%）

a 食べる	96
b 時々食べる	4
c 食べない	0

★「食べる」または「時々食べる」と答えた方へ（複数回答可能）

主に何を食べていますか？（単位：%）

1 ご飯	50
2 パン	65
3 味噌汁	35
4 卵	58
5 肉	15
6 魚	4
7 野菜（煮たもの・生野菜）	23
8 ジュース・紅茶・コーヒー	23
9 牛乳	42
10 ヨーグルト	42
11 カップラーメン	4
12 果物	23
13 その他	4

「その他」の回答の内訳（単位：人）

加工食品	1
ソーセージ	1
リンゴ酢の薄めたもの	1
お茶	1

手作りで味噌を作った事がありますか？（単位：%）

1 ある	8
2 ない	92

4. 味噌の材料は、何だと思いますか？（複数回答可能）（単位：%）

1 米	31
2 麦	62
3 大豆	46
4 とうもろこし	8
5 あわ	4
6 ひえ	0
7 麹	15
8 さとう	8
9 塩	58
10 その他(水)	4

5 味噌汁の出汁は、何でとりますか？（複数回答可能）（単位：%）

1 だしの素	85
2 煮干し	19
3 かつお	4
4 昆布	0
5 焼きあご	4
6 その他	0

6. 味噌を使った得意メニューをお書き下さい。

1位	豚汁
2位	ナスの味噌煮
3位	さばの味噌煮
4位	マーボー豆腐
その他	ナスと蛸と豚肉の味噌煮込み しし唐の味噌炒め ゴーヤチャンプル イカの味噌炒め 土手鍋 餃子 味噌豚 鮭のチャンチャン焼 京焼 ナスの田楽 酢味噌の和え物 白和え 得意といえるものがないです

今、家庭で使っておられる味噌は何ですか？

1 手作り味噌	(義母)	4
2 市販の味噌		96

給食年間指

月	4月	5月	6月	7月	8月	9月
園の行事	入園式（4/2）	親子遠足and 交通教室	歯科検診 園児健康診断 芋植え	七夕のつどい	納涼保育 はだしで遊ぼう 雲仙（未定）	神社お祭り
地域かどわのり		春祭り				敬老会 〈おきがる茶会〉
育児講座	毎月1回実施する。					
伝承行事	花祭り	こどもの日		七夕 祇園さん 土用の丑	終戦記念日	仲秋の名月 秋の彼岸
行事食	毎月1日か15日赤飯 甘茶 たけのこ料理 蓬団子 桜餅	柏餅		そうめん 西瓜 うなぎ	すいとんランチ (麦御飯・すいとん汁)	十五夜ランチ (里芋メニュー お月見団子) おはぎ
誕生会	毎月20日 ケーキ (*ロウソクを付ける)					
目標	楽しい給食	きまりよく 挨拶をしましょう。	手を 綺麗に 洗いましょう。	よく噛んで 食べましょう。	暑さに負けず 残さず 食べましょう。	姿勢を良く しましょう。
献立・調理法の配慮	・給食に慣れる為、 子供が食べやすい 好きな献立を多く 取り入れる。 ・発達段階に応じた、 調理形態にする。	・子供の適量・味付けを考える。 ・盛り付けを工夫し、 食事意欲を高める。	・食中毒の予防、食材の選択。 ・手洗いを十分に行う。	・冷色、冷菓の工夫。 ・酢の物を多く取り入れる工夫。	・食欲増進を図るため、色彩・量に気をつける。 ・適度な水分・塩分の補給。	・夏の疲れを回復させる献立
	〈献立〉 ・季節の食材をふんだんに使い、バラエティに富んだ食事作り。 ・嗜み応えのある献立を取り入れ、噛む習慣を付ける。					
	〈調理法〉 ・食品の十分な加熱調理。 ・器具の消毒、殺菌。					

導 計 画 表 (平成17度)

10月	11月	12月	1月	2月	3月
運動会 (10/1) 町民体育祭 (未定) 秋の遠足 芋ほり 人形劇 学校茶道茶会	保育ウイーク (もみじ茶会) (11/7) 1時~	産業祭and 保育祭り (未定) 防火パレード クリスマス会& 餅つき会	出初式 (1/5)	お遊戯会 園児健康診断	ひな祭り茶会 お買い物 親子クッキング 卒園式 (3/25)

	七五三	餅つき 冬至 御用納め	正月 七草 鬼火たき 鏡開き 旧正月	節分	ひな祭り 春のお彼岸
	千歳鰯	ぜんざい ゆず・南瓜の メニュー 年越しそば	七草粥 具雑煮 ぜんざい	節分メニュー (鰯の丸干し) 豆菓子 椿餅	雛の御膳 白酒 雛あられ おはぎ

好き嫌いを 無くしましょう。	感謝を ながら 食べましょう。	約束事を 守って 食べましょう。	寒さに 負けず 食べましょう。	時間内に 残さず 食べましょう。	こんなに 大きく なりました。
・材料の切り方、量 を増やす。 ・偏食をなくす為の 調理法を工夫。 ・主食の大切さ。	・芋類のおやつの工 夫。	・温まる献立作り。 ・ビタミンを多く含 む食品の摂取。 (風邪の予防)	・冷めないよう配膳 時間に注意する。 ・お餅のおやつ作り の工夫。	・時間内に食べる習 慣化と指導。	・食作法の完成と食 後の片付けを手伝 う。

〈特別食〉
・特異体質児、病気（下痢、嘔吐、熱等）の対応と工夫。

給食年間指

月	4月	5月	6月	7月	8月	9月
食事指導	毎月配布 献立表 給食ニュース 隔月配布 ランチタイム 随时、ランチなど展示する。					
楽しく食べようニュース	あさごはん たべてきたかな？	はしの じょうずな もちかた	のこした たべものは どうなるの？	つめたい たべもの たべすぎないで	わかるかな？ 食べ物クイズ①	食器を きちんと ならべてみよう
保健所提出	①栄養給与 目標量算出表 ②食品構成表 (4月分)	③内容検討表 (5月分) 以上、3部を提出				
離乳食	準備期（3ヶ月～4ヶ月）体重5kg～6kg位 *母乳・ミルク以外の味に慣らす。 ・湯冷まし…薄めた麦茶、番茶 ・スープ類…野菜の煮汁（あくや、刺激の強いものを除く） 澄まし汁、味噌汁などの上澄みを2倍程度に薄めて与える ・果汁…甘みのあるものは控え、始めは湯冷まで、2～3倍程度に薄めて与える（りんご、みかん、もも、すいかなど） *スプーンは、子供の口にあった、小さめで丸みのあるものを使用する。 *まず、ひとさじからはじめて、あせらず、ゆっくり進めていく。 *便の状態、飲み込み具合を見ながら進めていく。			初期（5ヶ月～6ヶ月）体重7kg位 *飲み込む練習をする時期 トロトロ状（つぶし粥、パン粥、芋、豆腐、うどん類）を与える *ヨーグルト、粉チーズ、レバー *卵黄（4／1）、緑黄色野菜、玉葱、大根、青菜の葉先、果物、バター *味付け…薄味で材料の素材を生かす。 *1日1回食		
給食委員会	毎月15日に開催する。 (内容→来月の行事、特別食（離乳食、アレルギー食他）、検食所感、研修報告、食事事業他) *記録者は、毎月、交代する。					

*アンコールメニュー報告（アンケートを2月に、クラスに出し、その結果は、2月末に保護者に出す。）

〈本年度の取り組み〉

- 1) 箸の持ち方についての調査と指導（平成12年度に引き続き）
- 2) 21世紀に伝えたい味覚 （平成12年度に引き続き）
- 3) 親子クッキング （平成13年度に引き続き）
- 4) 食器を並べる位置 （平成14年度に引き続き）
- 5) 食事マナー（さかなのたべかた）（平成15年度に引き続き）

〈課題事業〉

- 手作り味噌を作ろう！
- 雲仙に昔あった食べ物を、掘り起こしてみよう。ふるさとの味探訪
- おいしい手作りおやつクッキング

導 計 画 表 (平成17年度)

10月	11月	12月	1月	2月	3月
お弁当のg数を計る				アンコールメニュー報告	→
おこめから おいしい ごはんが できたよ	元気をつくる栄養素 シリーズ① じょうぶなからだを つくる あかのたべもの	元気をつくる栄養素 シリーズ② つよい力ができる たべもの	元気をつくる栄養素 シリーズ③ びょうきから まもってくれる みどりのたべもの	おなかのなかを そうじしてくれるよ	わかるかな? たべものクイズ②
・内容検討表 (10月分) 提出		給食施設状況報告表 (12月分)	1月に提出		
中期（7ヶ月～6ヶ月）体重7～8kg位 *舌でつぶせる程度の硬さのベタベタ状 *おじや、煮込み、芋類、果物、 卵黄～全卵（2／1）、豆腐、煮豆、 魚ほぐし（白身・6ヶ月、赤身・7ヶ月、 青身・8ヶ月） はんぺん ささみのつぶし *野菜、繊維の硬いものを除く *とかしチーズ、植物油、バター *1日2回食 食べ物を手に持って、食べようとする。	後期（9ヶ月～11ヶ月）体重8～9kg位 *歯茎で、つぶせる硬さのもので噛む意欲を育てる。 *献立…硬い物と、軟らかい物とを混ぜる。 *卵、鶏、豚、牛挽肉、ハム、ウインナー、ソーセージ、コンビーフ、レバー、魚類、大豆製品、乳製品 *1日3回食 手づかみで食べたり、スプーン、コップを使って食べようとする。		完了期（12ヶ月）体重9～10kg位 *食事は、当分軟らかく、薄味のものを与える。 *歯で噛み潰せる硬さのもの。 *食べ物の好みが、出てきて、好きなものを要求するようになる。 *個人差があるので、個人の成長過程に応じた食事を与える。 *手づかみとスプーンを使って、自分で食べられるように介助する。 *小さなものは、指でつまんで口に運ぶよう言葉かけをする。		→

給食年間指導

月	4月	5月	6月	7月
行事	入園式 (4/2)	春祭り (5/14) 親子遠足 and 交通教室 (5/19)	歯科検診 (6/18) 園児健康診断 (6/8) 芋植え	七夕のつどい (7/7)
お茶会		春祭り (5/14)		
伝承行事	花祭り	こどもの日		七夕 祇園さん (7/15) 土用の丑
行事食	毎月1日か15日 赤飯 甘茶 たけのこ料理 蓬団子 桜餅	柏餅		そうめん 西瓜 うなぎ
行事食	毎月20日 ケーキ (*ロウソクを付ける)			
給食委員会	4月15日 ①蓬団子作り ②春祭り茶会	5月18日 ①中学1年生 職場体験学習 ②菜園作り	6月15日 ①食中毒予防 強化月間 ②菜園の管理	7月20日 ①納涼保育 ②野菜の収穫
給食研修会			6月30日 南高南部保育会 (南有馬町) 「食育について」	7月20日 保育所職員 研修会 (大村)

実 施 表 (平成17年度) 4月～10月

8月	9月	10月
納涼保育 (8/3) はだしで遊ぼう 雲仙 (8/21)	敬老会 (9/14) <おきがる茶会> 神社お祭り (9/27) 親子クッキング (味噌作り 9/24)	運動会 (10/1) 町民体育祭 (10/2) 秋の遠足 (10/28) 学校茶道茶会 (10/30)
	敬老会 (9/14) <おきがる茶会>	
終戦記念日 (8/15)	仲秋の名月 (9/18) 秋の彼岸 (9/20)	
すいとんらんち (麦御飯 すいとん汁)	十五夜ランチ (里芋メニュー お月見団子) おはぎ	
8月15日 味噌作り 検討会 ②敬老会 おきがる茶会	9月15日 ①味噌作り (9/24) ②中学生来園 (9/29)	10月15日 ①家庭より遂行する 御飯の量の調査報告 ②もみじ茶会
	9月4日 栄養士会 食育について 園長発表	

給食年間指導

		4月	5月	6月	7月	8月	9月
保育計画		○園生活に慣れ、安心して過ごす。 ○生活の仕方が分かり、出来ることは自分でしようとする。 ○自分で好きな遊びを見つけ、保護者や友達と遊ぶ。			○雨期、夏期の保健衛生に留意し、基本的生活習慣を身に付ける。 ○異年齢児と関わりながら、感性を豊かにする。 ○身近な自然に触れたり見たりして遊ぶことを楽しむ。		
食育のねらい	保育を通して食を伝え、食を通してその成り立ちや心を知らせ、味覚を通して、喜びを共有することの素晴しさを知らせる。						
バイキング	保育						
	給食	赤飯 カレー シチュー スープ					
クッキング	保育	4月19日 蓬摘み	5月9日 ソラマメの鞘むき 5月20日 どくだみ摘み	6月1日 どくだみ摘み 6月6日 どくだみ摘み (一之瀬様) 6月21日 とうもろこしの 皮むき		9月16日 月見団子作り *月見飾りを そなえる	9月20日 豆のゲーム 9月24日 味噌作り (原田ヤチ代様より ご指導を受ける。)
	給食	4月27日 蓬団子作り 蓬餅作り (「ふち餅」という)	5月9日 ソラマメの甘煮 5月12日 蓬饅頭	6月1日 どくだみ茶開始 6月21日 とうもろこしの 塩茹で 6月22日 焼きとうもろこし			9月26日 月見団子(おやつ)
菜園づくり	保育	4月23日 菜園作り 話し合い (学童も)	5月25日 土壤作り 5月28日 苗を植える (なす、枝豆)	6月16日 肥料と盛り土をする。	7月8日 枝豆、ナスの収穫	8月4日 第2回収穫祭	
	給食				7月9日 枝豆の塩茹で ナスの味噌汁	8月5日 枝豆の塩茹で ナスの味噌汁	
噛む (カルシウム)	保育						
	給食	手作りかりかけ 骨せんべい するめ					
食事指導	給食	〈毎月配布〉 給食献立 給食ニュース ぽたぽた通信 *園便りとして一緒に掲載に 今年度から					
給食委員会		○	○	○	○	○	○

*保育計画は、年間指導計画の4歳児を対象として、記載する事とした。(縦割り保育(異年齢保育)の為)

実 施 表 (平成17年度) 4月～10月

10月	11月	12月	1月	2月	3月
<ul style="list-style-type: none"> ○気温や活動に応じて、衣服の調節など自分で出来ることに、喜びを持ち、薄着の習慣を身に付ける。 ○気の合う友達と簡単な目的を持って遊ぶ。 ○好きな遊びをする中で、友達と関わることの楽しさを味わう。 			<ul style="list-style-type: none"> ○寒さに負けないで、規則正しい生活をして健康に過ごせるようにする。 ○色々な遊びに興味を持ち、それぞれが自分の力を発揮して、活動に取り組む。 ○年長になる期待を持ち、遊びや仕事を進んでやる。 		
10月28日 温泉卵作り					
10月28日 温泉卵（おやつ）					
10月1日 しその実摘み					
10月1日 しその実の佃煮					
10月7、8、11日 お弁当のg数計る (3日間) 10月6日 らんちたいむ (手作り味噌)					
○					