

食育だより



保育士がおすすめする食育絵本のご紹介



～毎年6月は食育月間です～

子どもと過ごす「おうち時間」が増え、ご家庭ではいかがお過ごしでしょうか。

6月は食育月間です。食にかかわる絵本を読んであげたり、親子で料理を楽しんだりとぜひ食に関心を持つための取り組みをしてみたいかがてしょうか♪

今回、各クラスの担当保育士にお勧めの絵本を聞き、おすすめポイントを教えてもらいました。子ども達も保育園で読んだことがある大好きな絵本です。

ぜひご家庭でも読んで楽しんでくださいね♪

作成者 こくら保育園 栄養士 比嘉利恵

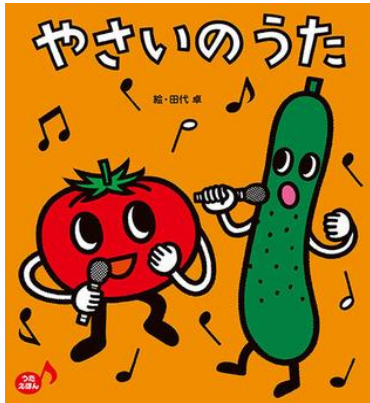


0歳児 【やさいのうた】

絵・田代卓

出版社:フレーベル社

手あそびの歌にあわせて絵を見て楽しんでいます。
高月齢児の子は語尾を言ったり、保育者をまねて手あそびもしています。



1歳児 【やさいいろいろかくれんぼ】

作:いしかわこうじ

出版社:ポプラ社

あざやかな色使いで「これなあに」と型ぬきのクイズ形式の絵本なので子ども達が興味津々で見てくれます。

2歳児 【おかしになりたいピーマン】

【おもちゃになりたいにんじん】

作・絵:岩神愛

出版社:岩崎書店

子ども達の苦手なピーマンが子ども達に食べてもらいたくて大好きなお菓子に変身します。すぐにバレてしまうお話です。
両シリーズとも、苦手な野菜に親しみを持ってほしい話です。



3歳児 パパ・カレー

作・絵:武田美穂

出版社:ほるぷ出版

お父さんがカレー作りに挑戦!

リアルに描かれている

野菜に興味津々の子ども達です。



3歳児 たべてあげる

作:ふくべ あきひろ 絵:おおの こうへい 出版社:教育画劇

お野菜が苦手な男の子のお話し。ちょっぴりドキドキする絵本ですが、子どもたちが大好きな絵本の一つです。



4歳児 ちびころおにぎり なかみはなあに

作・絵 おおいじゅんこ 出版社:教育画劇

色んな具に興味をもちます。「どれたべてみたい?」「これ作ってみる?」と、やりとりを楽しめます。



5歳児 たべもののたび

作:かこさとし 出版社:童心社

食べ物はどうやって消化されて

いくのかわかりやすく描かれています。



5歳児 やってきたオハシマン

原案:箸匠せいわ 絵:いわたくみこ 出版社:コンセル

オハシマンが正しいお箸の持ち方を教えてくれます。

保育園では、お箸あそびやお箸の練習の前に読んでいますよ。