

# わたしから始まる高知の食育

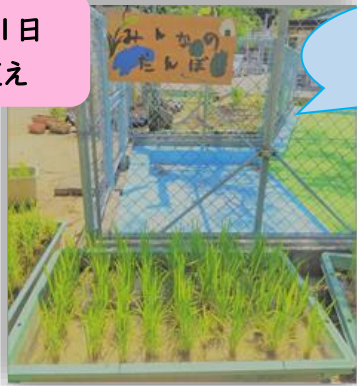
～毎月19日は「食育の日」～



高知市の教育・保育施設等では、バランスのとれた食事（給食）をはじめ、菜園活動や自分たちで育てた食材を料理して食べるクッキング保育など、様々な食育活動が行われています。今回は、春野中央保育園での田植えからクッキング保育の様子を紹介します。こども未来部 Facebook『ほのぼの子育て』にも保育園の様子を掲載していますので、ぜひご覧ください。

## 「“みんなのたんぼ”でお米を育てたよ！」

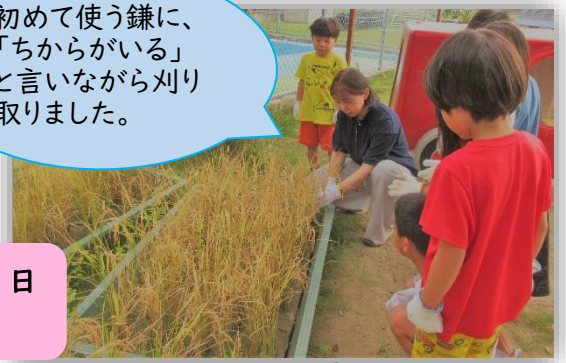
6月11日  
田植え



田んぼの土は  
地域の方から  
いただきました。

初めて使う鎌に、  
「ちからがある」  
と言いながら刈り  
取りました。

8月27日  
収穫



## 「炊き立ての“春野中央米” おいしいね！」

一回目は玄米そのまま。二回目は塩おにぎりで食べました。  
「おいしい!」と何度もおかわりをして食べましたよ。

収穫したお米はおにぎり  
にして食べました



9月29日  
クッキング



9月5日  
脱穀



刈った稲を干した  
後、乾燥したお米を  
みんなで一粒ずつ  
取りました。

自分たちで育てたお米の味は格別でしょう。  
毎日何気なく食べているお米がたくさんの手  
間暇をかけて作られていることを体験したよ  
うですね。

写真協力) 高知市立春野中央保育園