


令和7年度

# 東京都 すくわくプログラム 活動報告書

 果物)編(いちご) /  野菜編(葉野菜とカブ)

## もしもしのほし高円寺保育園

東京都杉並区高円寺南 1-29-18

施設長 東 英和

令和 8年 3月 30日 提出

### いちご編

「真っ赤なきせつ～農園でいちごを摘んで、ジャムを作ろう～」

施設名	もしもしのほし高円寺保育園	施設長	東 英和
所在地	東京都杉並区高円寺南 1-29-18	施設種別	小規模保育事業所
対象年齢	0～2 歳児	担当者	施設長 東 英和

実施期間：令和7年12月～令和8年2月 / 実施頻度：月1～2回程度

## 1. 活動テーマ

「真っ赤なきせつ～農園でいちごを摘んで、ジャムを作ろう～」

## 2. 活動のねらい

冬から春にかけての旬の果物「いちご」との出会いを通じ、以下のねらいを設定しました。

- ・ 絵本・遊具を通じた事前学習と農園での実体験を結びつけ、食材への親しみと自然の恵みへの感謝の気持ちを育む。
- ・ 完熟したいちごを自分で選び摘み取る体験を通じて、色・形・香り・甘さなど五感を豊かに働かせる。
- ・ 収穫したいちごを使ったジャム作りを体験し、食材が変化していくプロセスへの興味・探求心を育む。
- ・ 農園という非日常の空間での体験を共に楽しみ、友達や保育者との豊かな関わりの中で喜びを分かち合う。

### 3. 活動スケジュール

時期	活動名	主な内容	ねらい
12月	【導入】知る・親しむ	保育室にいちごコーナー設置、絵本・遊具の導入、いちごの観察	食材への興味・期待感の醸成
1月	【準備】深める・想像する	いちごの生長に関する絵本・動画の活用、農園について話し合い	実体験への期待感を高める
2月	【収穫】農園でいちご摘み体験	近隣農園にていちご収穫体験、その場で試食	五感の活性化・収穫の喜び
2月	【食育】いちごジャム作り	収穫いちごでジャム作り、パンに塗って試食	調理変化への興味・主体的な食体験

### 4. 活動の具体的な展開

#### ■ ① 【導入】知る・親しむ（事前学習） — 令和7年12月

活動開始にあたり、保育室内に「いちごコーナー」を設置しました。『いちご』（平山和子著）等の絵本を繰り返し読み聞かせるとともに、本物そっくりの質感のいちご遊具を常設し、子どもたちが日常的にいちごに親しめる環境を整えました。

#### ◎ 子どもの姿・エピソード

- ・ 遊具のいちごを手に取りながら「つぶつぶがある！」「赤いね」と友達同士で話す姿が見られ、観察する力が自然と育まれました。
- ・ 絵本を見ながら「本物のいちご食べたい！」「どこに生えてるの？」と疑問が次々と生まれ、農園体験への期待感が高まりました。

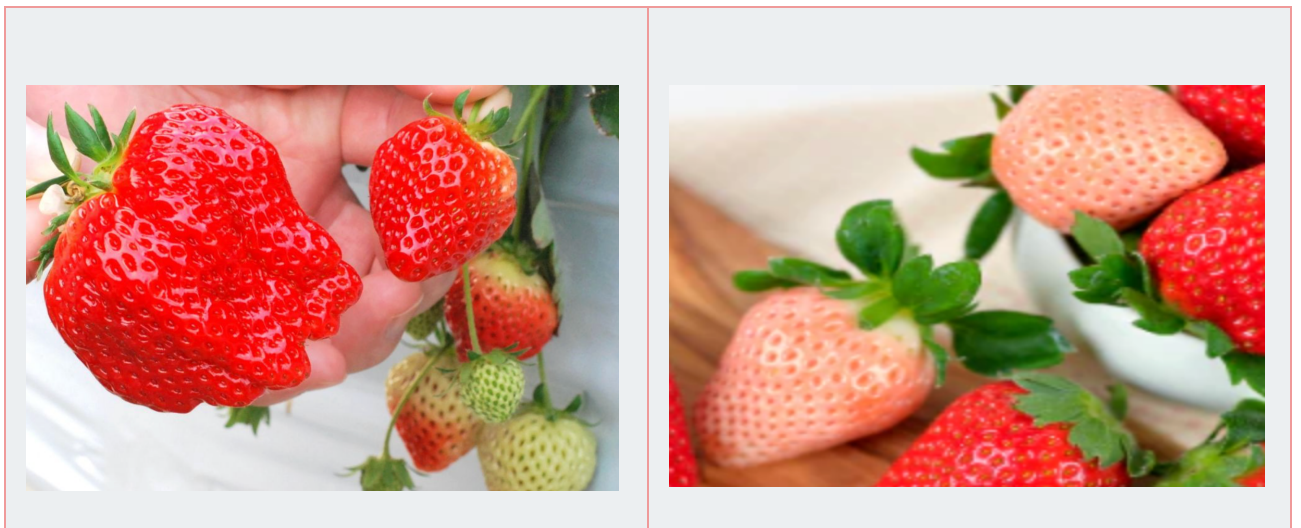


## ■ ② 【準備】 深める・想像する — 令和8年1月

農園訪問に向けた準備として、いちごの生長の様子を絵本や写真で確認しました。「どんないちごを摘みたい?」「大きい?赤いの?」と保育者が問いかけながら、子どもたち一人ひとりがイメージを膨らませる時間を大切にしました。

### ◎ 子どもの姿・エピソード

- ・ 「いちばん赤いのを選ぶ!」「甘そうなのがいい」と自分なりのこだわりを言葉にする子が増え、主体的な意欲の高まりが見られました。
- ・ 農園の写真を見て「こんなにいっぱいある!」と驚き、友達と「一緒に探そうね」と約束し合う姿も印象的でした。



### ■ ③ 【収穫】 農園でいちご摘み体験 — 令和8年2月

近隣の農園を訪れ、いちごの収穫体験を実施しました。スーパーのパック詰めではなく、土から育った「植物としての食」と直接出会う、かけがえのない体験となりました。保育者は「どれが完熟かな？色を見てみて」と問いかけながら、子どもが自分で判断・選択できるよう援助しました。

#### ◎ 子どもの姿・エピソード

- ・ 「真っ赤なのが甘いんだよ！」「あっちに大きいのある！」と宝探しのように農園を歩き回り、歓声が絶えませんでした。
- ・ 指先で優しく摘み取る力加減を、失敗と成功を繰り返しながら自ら学んでいく姿があり、手指の操作性の発達も確認できました。
- ・ 収穫直後に口にしたいちごの甘さに「あまーい！」「じぶんでとったよ！」と目を輝かせ、達成感と喜びを全身で表現していました。



### ■ ④ 【食育】 いちごジャム作り — 令和8年2月

農園で収穫したいちごを使い、園内でジャム作りを行いました。いちごに砂糖を加えてじっくり煮詰めるプロセスを通じて、食材の変化を五感で感じる豊かな体験となりました。

#### ◎ 子どもの姿・エピソード

- ・ 加熱とともに漂ってくる甘い香りに「魔法の匂いがする！」「いちごがとろとろになった！」と驚きと感動の声が上がりました。
- ・ できあがったジャムをパンに塗って試食する際、「じぶんでつくったジャムだ！」と誇らしげに食べる姿が印象的でした。
- ・ 普段フルーツが苦手な子も、自分で収穫・調理したジャムは「おいしい！」と完食し、食への意欲の変化が見られました。



## 5. 活動の成果と考察

本プログラムを通じ、「知識（絵本・遊具）→体験（農園収穫）→実感（調理・試食）」という循環的な学びのサイクルが、子どもたちの探求心と感性を豊かに刺激しました。特に農園という非日常の体験空間が、食への関心と自然への敬意を育む上で大きな役割を果たしました。

観点	成果の内容
五感の豊かな発達	色（赤さで完熟を判断）、香り（煮詰まる甘い香り）、触覚（摘み取る力加減）、味（甘さの感動）など、多様な五感体験が重層的に積み重なりました。
主体的な食への意欲	「自分で選び、摘み取り、調理した」という主体的な関与が食への意欲を高め、普段は苦手な食材も積極的に口にする姿が複数見られました。
探求心・言語化	「なんで赤くなるの?」「種はどこにあるの?」など、体験から疑問が自然に生まれ、それを言葉にしようとする姿が増えました。

## 6. 今後の展開

- ・ 今回の体験を活かし、春の苺以外にもブルーベリーやプラムなど、季節の果物に触れる機会を年間に位置づけていく予定です。
- ・ 農園との継続的な連携を深め、「いちごはどうして赤くなるの?」「種はどこにできるの?」という疑問を次の探求活動へとつなげます。
- ・ 保護者へのドキュメンテーション掲示を通じて、家庭でも「食の体験」を話題にしてもらえるよう連携を図ります。

# ポタジェ活動報告(野菜編)

「土からはじまる命～種をまいて、育てて、食べよう～」

施設名	もしものほし高円寺保育園	施設長	東 英和
所在地	東京都杉並区高円寺南 1-29-18	施設種別	小規模保育事業所
対象年齢	0～2 歳児	担当者	施設長 東 英和

実施期間：令和7年11月～令和8年3月 / 実施頻度：月2回程度

## 1. 活動テーマ

「土からはじまる命～種をまいて、育てて、食べよう～」

## 2. 活動のねらい

種まきから収穫・調理にいたる一連のプロセスを通じ、以下のねらいを設定しました。

- 土・種・水・太陽といった自然の要素と直接関わることで、生命の営みへの気づきと感性を育む。
- 毎日の水やりや観察という継続的な関わりを通じて、責任感・忍耐力・愛着の気持ちを培う。
- 葉の手触りや土のにおいなど、栽培過程の多様な感覚体験を積み重ね、五感の発達を促す。
- 自分たちで育てた野菜を調理・実食する体験を通じ、食物への感謝と主体的な食への意欲を育む。

## 3. 活動スケジュール

時期	活動名	主な内容	ねらい
11月	【導入】知る・親しむ	野菜コーナー設置、絵本・遊具の導入、畑の土づくり	食材・栽培への興味・期待感の醸成
12月	【栽培①】種まき	かぶ・水菜・青梗菜の種まき（園庭の畑）	生命の始まりへの気づき
1月	【栽培②】観察・水やり	毎日の水やり当番、葉の形・色・感触の変化観察	継続的な関わり・責任感の芽生え
2月	【栽培③】成長確認・間引き	成長の観察記録、間引き作業の体験	生命の変化への気づき
3月	【収穫】野菜収穫体験	かぶ・水菜・青梗菜の収穫	達成感・収穫の喜び
3月	【食育】調理体験・試食	収穫野菜の塩茹で・お浸し、試食	主体的な食体験・偏食改善

## 4. 活動の具体的な展開

### ■ ① 【導入】知る・親しむ（事前学習・土づくり） — 令和7年11月

活動の導入として、保育室内に「やさいコーナー」を設置しました。『やさいさん』（tupera tupera 著）等の絵本を繰り返し読み聞かせながら、本物に近い質感の野菜遊具を使って食材への親しみを深めました。また、シェア畑(浜田山)の畑の土づくりにも参加し、実際の土に触れることで栽培への期待感を高めました。

#### ◎ 子どもの姿・エピソード

- ・ 遊具を使って「かぶを引っっこ抜く」真似をしながら「うんとこしょ！」と声をあげ、友達と繰り返し楽しむ姿が見られました。
- ・ 土づくりの際、「土ってふわふわだ」「においがする」と土の感触を全身で感じ取り、探求心が自然に引き出されました。



### ■ ② 【栽培①】種まき — 令和7年12月

園庭の畑にかぶ・水菜・青梗菜の種をまきました。0～2歳児という低年齢ですが、保育者が丁寧に援助しながら「自分で種をまく」体験を一人ひとりが経験できるよう工夫しました。小さな種を指先でつまんで土に置くという繊細な動作を、子どもたちは真剣な表情で取り組みました。

#### ◎ 子どもの姿・エピソード

- ・ 小さな種を見て「これが大きくなるの？」と不思議そうに眺め、種と野菜遊具を見比べながら「ほんとうにかぶになるの？」と目を丸くしていました。
- ・ 種をそっと土の上に置きながら「大きくなってね」「お水あげるからね」と声をかける子もおり、生命への優しい関わりの芽生えが感じられました。



### ■ ③ 【栽培②③】 観察・水やり・成長確認 — 令和8年1月～2月

発芽後は当番制で水やりを行いました。葉の形の変化・大きさの違い・色の濃さなど、日々異なる発見が子どもたちの探求心を刺激し続けました。保育者は「昨日と何か違う?」「どこが変わった?」と問いかけながら、気づきを言葉にする力を育てました。

#### ◎ 子どもの姿・エピソード

- ・ 「かぶの葉っぱはザラザラしてる」「青梗菜はツルツルだね」と、種類によって異なる手触りを自分から発見し、言葉にする姿が見られました。
- ・ 葉に虫がついた際、「虫さん、野菜を食べに来たのかな」と自然界のつながりについて話し合う場面も生まれました。
- ・ 毎朝登園後すぐに「お水あげに行く!」と自ら畑へ向かう子が増え、継続的な関わりの中で責任感と愛着が育まれました。

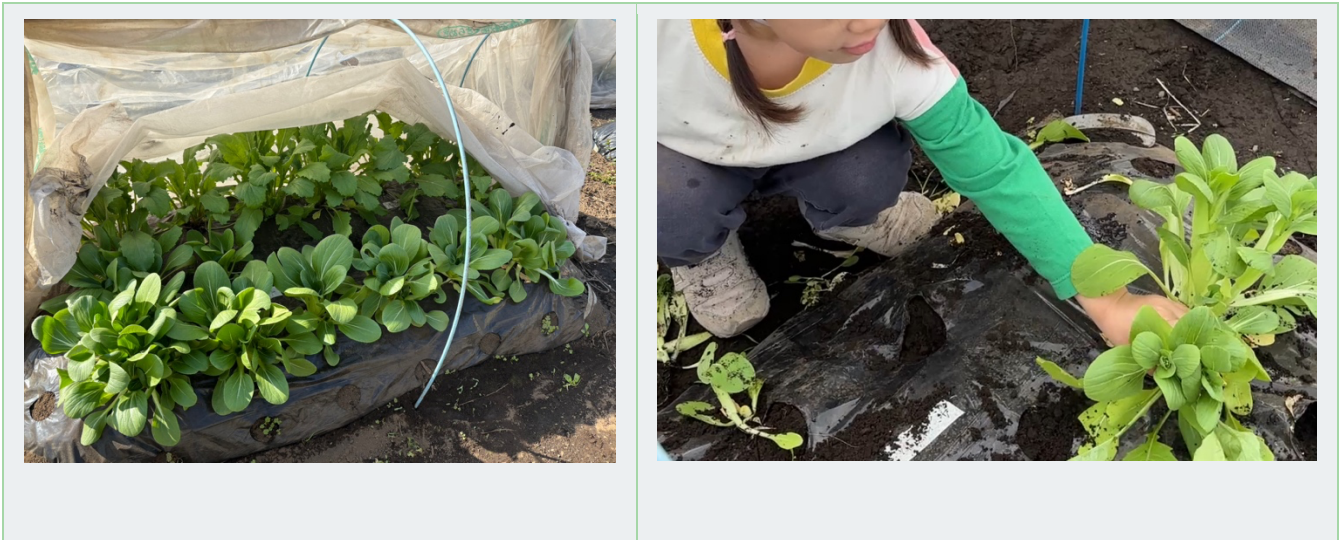


### ■ ④ 【収穫】 野菜収穫体験 — 令和8年3月

約3か月間、大切に育てたかぶ・水菜・青梗菜をいよいよ収穫しました。保育者が「大きくなったかな?引っ張ってみて!」と声をかけながら、子ども一人ひとりが自分の手で収穫できるよう丁寧に援助しました。

### ◎ 子どもの姿・エピソード

- ・ かぶを力いっぱい引き抜いた瞬間「やったー！抜けた！」と歓声が上がり、満面の笑みで保育者や友達に見せに来る姿が印象的でした。
- ・ 収穫後、「においがする」「ちょっとにがいかも」と生の野菜の感触・香りを直接確かめる様子が見られ、五感を通じた学びが深まりました。
- ・ 「ぼくが育てたんだよ！」「大きくなったね」と愛着を持って野菜を抱える姿に、保育者も感動を覚える場面でした。



## ■ ⑤ 【食育】調理体験・試食 — 令和8年3月

収穫した野菜を使い、園内で調理活動を行いました。素材本来の味を大切にするため、シンプルに塩茹でして提供しました。自分たちで種をまき、水をやり、収穫した野菜を「自分で調理して食べる」という一連の体験が完結した、プログラムのクライマックスとなりました。

### ◎ 子どもの姿・エピソード

- ・ 普段は青菜が苦手な子も、自分たちで育てた茹でたての青梗菜を「シャキシャキして美味しい！」と誇らしげに完食する姿が複数見られ、偏食改善の大きなきっかけとなりました。
- ・ 「お鍋に入れていいの？」と目を輝かせながら野菜を鍋に入れ、茹であがるまでじっと覗き込む集中した表情が印象的でした。
- ・ 「またつくりたい！」「次はトマトを育てたい！」と次の活動への期待が自然と子どもたちから言葉として生まれました。



## 5. 活動の成果と考察

種まきから収穫・調理まで約5か月にわたる継続的な関わりを通じ、子どもたちの心と体に多面的な成長が見られました。特に「継続すること」「変化に気づくこと」という体験の積み重ねが、乳幼児期の探求心の基盤を育んだと評価しています。

観点	成果の内容
生命への気づき・感性	小さな種が発芽し、葉を広げ、食べられる野菜に育つ一連の変化を体感したことで、生命の不思議さと尊さへの感性が育まれました。
責任感・継続力	毎日の水やり当番を通じて「自分がやらなければ」という責任感が芽生え、継続して物事に取り組む力の基礎が培われました。
五感の発達・言語化	「ザラザラ」「ツルツル」「シャキシャキ」など感触を言語化する場面が増え、五感の分化と語彙の発達が相互に促進されました。
食育・偏食改善	「自分で育てた・収穫した・調理した」という主体的な関与が食への意欲を高め、普段は野菜が苦手な子どもの偏食改善に顕著な効果が見られました。

## 6. 今後の展開

- ・ 今回の活動で「根っこはどうなっているの?」「種はどうやってできるの?」という新たな疑問が子どもたちから生まれました。次年度は夏野菜(トマト・きゅうり等)の栽培へと発展させ、年間を通じた継続的な自然探求活動として位置づけていきます。
- ・ 収穫後の土の状態や堆肥づくりを通じて、土の循環と自然のめぐりへの気づきを深める活動を計画しています。
- ・ 保護者へのドキュメンテーション掲示を充実させ、家庭での「食育」との連続性を図り、地域全体で子どもの食体験を豊かにする取り組みへと広がっていきます。

## 7. 実施にあたっての配慮事項

- ・ 調理活動は食品衛生上の安全を確保しつつ、子どもが主体的に参加できる工程を精選しました。
- ・ 0歳児については発達段階に応じた関わり（見る・触れる・においを嗅ぐ等）を設定し、無理のない体験を大切にしました。
- ・ アレルギーのある子どもへの個別対応を徹底し、食材の安全確認を行いました。
- ・ 農薬・化学肥料を使用しない安全な栽培環境を整え、子どもが安心して土や野菜に触れられるよう配慮しました。

令和 8年 3月 30日 提出

施設名：もしもしのほし高円寺保育園  
施設長：東 英和