

## 冬至にかぼちゃを食べよう

園名： 今田幼稚園

1



- ・ 春にカボチャの苗を植えました。  
カラスにつつかれてしまいましたが、小さなカボチャが収穫できました。

2



- ・ 「冬至の日にカボチャ食べたら、元気になれるんやろ？」  
話し合っ、12月22日の冬至の日にみんなで育てたカボチャを食べることにしました。

3



- ・ カボチャを薄く切って、ホットプレートで焼きます。  
「なんか、いいにおいしてきた！」  
「早く食べたい！！」  
見守っているみんなは待ちきれないようです。

4



- ・ カボチャが焼けたよ！  
「いただきまーす！」  
「おいしい！」  
「甘い！！」  
「自分たちで作ったから、おいしいなあ♪」  
「カボチャ食べたから、元気に過ごせるな！！」  
年少組さんにもおすそ分けして、みんなでおいしくいただきました。

\*ひとこと\*(遊びのポイントや豆知識等)

常温でも長期の保存がきくカボチャは、昔から貴重な緑黄色野菜でした。栄養たっぷりのカボチャを食べて、風邪を予防しよう！と、冬至にカボチャを食べる風習ができたそうです。

年齢 ( 0歳児 1歳児 2歳児 3歳児 4歳児 5歳児 ) 季節 ( 春 夏 秋 冬 )  
遊び 自然 ( 植物 虫 その他 ) 運動 ( 室内遊び 屋外遊び ) 制作  
探してみよう 食育 眠育