

# 「キャロッピー」さんによる食育講座

3・4・5歳児の子どもたちが学年ごとに食育講座に参加しました。毎日食べている食事の大切さや、食材についてより理解を深められるよう、楽しいお話やクイズをしながら教えていただきました。

これは、どの色に分けられるかなあ？

力になる食材・体になる食材・調子を整える食材の3色に分けられます。全部食べて、元気な体を作りましょう！

## 3色パネル、元気号！



## お話「はたけのなかま」



野菜のシルエットクイズにチャレンジ！たくさんの野菜が出てきましたが、元気よく答えることができました。



手作りのパノラマ絵本です。春の野菜から順番に並んでいます。大きなイラストに子どもたちも目を輝かせて見ていました。

## 野菜の浮き沈み実験

にんじんは、水に浮くかな？沈むかな？



にんじん・きゅうり・なす・さつまいも・かぼちゃ・キャベツなど、いろいろな野菜を水に浮かべました。浮く野菜と浮かない野菜に分けると、土の中で育つ野菜はほとんど浮きませんでした。小さい野菜が沈んだり、重そうな野菜が浮いたり、思っていた答えと違うこともありましたが、最後まで楽しく参加することができました。お家でもぜひやってみてください。

キャロッピー様、ありがとうございました。