

とうきょう すくわくプログラム活動報告書

1. 活動のテーマ

<テーマ>

「食」自分たちが食べているお米はどんなふうに育ち、どうやってごはんになるのだろうか？

<テーマの設定理由>

生活クラブが大切にしている、「食」をテーマに、自分たちが食べている「お米」を通して育つ過程を継続的に体験し、育てる喜びや友だちと協力する楽しさを感じられると考え、テーマを設定した。

2. 活動スケジュール（事前準備など）

1. 園庭のバケツに田植え（6月頃）
2. お米の観察（7月～9月頃）
3. 収穫（10月）栽培用ハサミの用意をする
4. 脱穀（11月）牛乳パックやすり鉢を用意する
5. クレープを通して、包丁の使い方を知る。（11～12月）包丁の使い方を知る。
6. カレーのスパイスを知る（1月頃）
7. カレーライスづくりを行い、自分たちが育てたお米を食べる（2月）

3. 活動内容（1）

6月に園庭のバケツに田植えをした。生活クラブが取り扱っている消費材を知り、実際に稲を刈ってみよう。

2025.06.02 5歳児 「お米の田植え！」

園庭にやってきたお米の苗。
栄養士が土や肥料を用意し園庭に
小さな田んぼができた。

実際に自分たちの手で苗を
バケツに植えた。
いつもとは違う土の感触に
ドキドキの子どもたち。



いつも遊んでいる園庭に、お米を植えるなんて新鮮な様子の子どもたち。

保育者が、園庭にある砂と違うかな？と問いかけてみると、

「お米の土ってベトベトする」

「なんかやわらかい」などさまざまな意見が出た。

保育者が「どこに置いたら、よく育つと思う？」と

問いかけると「光があるところ」

「太陽があつてぼかぼかところ」など

みなそれぞれ意見を述べていた。

よく陽のあたるテラス前にお米の苗を置くことに！



お米の出来上がりを
楽しみにしていた。

振り返り<振り返りによって得た先生の気づき>

ほむは、どろんこあそびを行っているが、いつもとは違う土の感触や環境に、少し緊張したり、戸惑う子もいた。どんな土が使われているかを、みんなで調べたり保育者が伝えることで、子どもたちも興味を示して活動に参加していた。

9月から10月頃にできることを伝え、「早くそだってね」と声をかけている姿があり楽しみにしている子どもの様子が見られた。

いつもとは違う土の感触に「気持ちいい」という子や「気持ち悪い」と様々な意見が出た。Aちゃんは、自分で植えることを嫌がり、どうしていいかわからない様子だったが周りの友だちが植えているところをみたり、「なんか気持ちがいい」と友だちが言うと、「じゃあ自分も植えてみようかな？」と興味を持つ姿があり、友だちの力で自然と田植えを行っていた。お米がよく育つように太陽が当たるところに置いた方がいい！など友だち同士で話す様子があった。

ほむで食べているご飯も、こんな風に来てるのかな？」と疑問に感じる姿があった。

2025.10.30 「お米の観察」

園庭に出来上がったお米を刈る日がやってきた。



お米の収穫を行った。
色の変化や、穂が垂れているのに気が付く子が多くいた。

「茶色が多いね」「穂が垂れているね」
など興味関心を抱いていた。



お米が出来上がっているのを確認し、収穫へ・・・

2025.11.01 お米の収穫



「切るときドキドキした」
「重たい」など感想を述べていた



お米を優しく持ちながら、そーっと切っていた。
自分たちが作ったお米に愛着が生まれ、
どんな人たちが育てているのか？
という疑問が子どもたちから問いがでた。

2025.11.07 お米を知る



動画を見終えると

「だからぼむのご飯は美味しいんだ」
「農家の人ありがとう」など
声をかけ、感謝の気持ちを育んでいた。

動画

生活クラブ生協連合会「食をつむぐ人たち 《お米篇》」<YouTube>



ぼむで食べている生活クラブの
お米はどう作られているのかの動画
をみていった。

いつも食べている、お米は消費者さん
の想いが、たくさん詰まっている
ことを知った。

・ 振り返り<振り返りによって得た先生の気づき>

子どもたちの「どんなひとが作っているのか」という問いに対して、生活クラブのホームページからYouTubeで「食をつむぐ人たち・お米篇」をみつけたので、お米の作り方やお米を作る思いなど、農家の方の声を聞くことができました。

お米についての活動を通して、「ごはんは買うもの」「出てくるもの」という認識から「育てて時間をかけてできるもの」へと理解を広げていた。写真や話、実際の稲に触れる経験を重ねる中で「種がある」「水がいる」「大きくなるまで待つ」といった言葉が子どもたちから聞かれるようになり、お米ができるまで多くの工程があることに気がついていった。

子どもの様子を振り返る中で、子どもたちはすべてを理解していなくても、体験や繰り返しの中から少しずつ「知る」ことができたのだと感じた。特に「すぐには食べられない」「時間がかかる」という気づきは、子どもたちにとって大きな学びであり、日々の食事への関心へとつながっていった。

2025.11.15 お米の脱穀

牛乳パックを使い、稲穂から粃を落としていった。
最初は力が強くないと、なかなか取れなかったが
慣れてくると、コツを掴み、ひとりでもできるように！
「つぎはどうするの？」と聞く姿があった。



最初はひとりでやっていた子も、
仲間と一緒にいることで、どんどん粃も取れるこ
とに気が付き、協力してすり鉢をこいでいた。



脱穀では、稲から粃を外そうと指先に力を入
れ、何度も試す姿があった。
「かたい」「むずかしい」と言いながらも
粃が取れると「とれた！」と喜び、粃殻の中に
実が入っていることに気づいていた。
また「まだ白くない」「ごはんじゃないね」と
いう声も聞かれ、お米が食べ物になる前の姿が
あることを知っていた。

「いろいろな方向から
粳の殻を飛ばせば、お米が出てくるかも」
友だちと協力して粳の殻を飛ばしていた。

「もっと風いっぱい!」「粳殻を飛ばすぞ」
など優しく風をおくっていた。



振り返り<振り返りによって得た先生の気づき>

脱穀の場面で、子どもたちは作業そのものよりも、「このお米は、今どこの段階なのか」を考えながら関わっていた。粳をみて「まだ白くない」「このままじゃ食べられない」と言葉にする姿から、目の前の体験を‘流れの一部’として捉えはじめていることに気がついた。

保育者として印象的だったのは、「次は何をするの?」という問いが自然に子どもたちから出てきたことだった。これは知識として工程を知っているのではなく、さまざまな経験を積み重ねたからこそ生まれた問いであり、学びが「理解」へと移行している過程だと感じた。

また上手く外れない粳に対しても、諦めるのではなく方法を変えたり、友だちと「今ここまでできたよ」と比べたりしながら試す姿が見られ、目的をもって取り組む力や、自分たちで次の見通しを立てる力が育っていることに気付かされた。

脱穀は単なる作業でなく、これまでの経験を振り返りながら、次の活動へとつながっていく大切な時間だったと感じている。

活動内容（2）

カレーづくりに向けて、スパイスを知る。（2月9日）

自分たち育てたお米や生活クラブの消費材を使い、カレーづくりを行う。（2月14日）

2026年2月9日 5歳児

「カレーづくりに向けてスパイスを知る」



カレーには、さまざまなスパイスが入っていることを、子どもたちに伝えた。

知っている名前や、初めて耳にする、スパイスの名前など興味を持ってようだった。

ターメリックは「嗅いだことある」

「いいにおい」という子が多くいた。

2026.2月14日 5歳児

「親子クッキング カレーづくり」



生活クラブクッキングスタジオ「BELU」にて親子クッキングを行った。

みんなが作ったお米を使い、カレーづくりを行った。

「カレーになるの楽しみ」「はやく食べてみたい」などそれぞれが、楽しみにしている様子だった。

自分たちが育てたお米をとぎました。

「水が白くなってきた」

「やさしくやるんだよね？」

「水がきれいになってきた」など話していた。

お米を研ぐ中で、水の色の変化や手触りに気づき、「なんで白くなるのか」と不思議そうにする姿があった。



皮むきを終えた後、包丁を使って食材を切ることに挑戦した。保護者に見守られる中で、「ドキドキするけどやってみたい」と意欲を見せ、クレープづくりの際に行った「ねこの手」や「ゆっくりと切るといいね」など声に出しながら、切る姿があった。人参やジャガイモは「かたいから力があるな」「どんな大きさ・形にしようかな？」など食材の違いや切り方に気づきながら工夫する様子も見られた。

野菜を切り終えて、具材を炒めていった。

切った野菜やお肉を入れると、

「シューシューいってる」

「いい匂いがしてきた」「さっきと色が違う」など子どもたちの声があった。

「なんかカレーっぽくなってきた」など少しずつカレーが出来上がっていく様子に気づき、「まだかな」「はやく食べたい」と待ち遠しそうにする姿があった。



「ぐつぐつしてる」「さっきより、においがつよくなった!」「やわらかくなってるか
な?」「ちょっとあじみしてみたい」「おいしいけど、まだちがうな」など話していた。
煮えてくる様子を見ながら、においの変化に気づき、「まだかな」と完成を楽しみに待
つ姿が見られた。味見では「おいしい」「まだちょっと違う」など感じたことを言葉に
し、完成への期待を膨らませていた。

ついにカレーが完成



「できた」「いいにおい」
「おいしい!味見のときより、おいしいな!

「どの野菜にしようかな?」
「おいしそう♪」

完成したカレーを味わう中で、達成感や喜びを感じるとともに、保育者が「グループごとに味が違うね」と問いかけると、グループごとの味の違いに気づく姿が見られた。

食べ合いを通して「違い」に気づき、友だちの作ったものにも興味を持つなど、関わりが広がっていた。



5.振り返り

自分たちで育てたお米を使い、皮むきや包丁、炒める・煮るなどの工程を経験する中で、食材の変化やにおい、調理の過程に興味をもちながら意欲的に取り組む姿が見られた。保護者と一緒に行くことで安心感をもち、「できた」という経験が自信にもつながっていた。

また、スパイスの違いや味の変化に気づいたり、グループごとの味の違いを感じながら食べ合う姿も見られ、友だちと協力して食べる喜びを十分に味わうことができた。

<振り返りによって得た先生の気づき>

日々、食べているものでも、実際に育てたり調理したりする体験を通して、子どもたちは多くの気づきを得ていくことを改めて感じた。工程ごとに興味をもち、変化に気づいたことを言葉にする姿から、体験を通した学びの大切さを実感した。

また、保護者と一緒に取り組むことで、安心感が生まれ、「できた」という経験が自信や意欲につながっていく様子も見られた。さらにグループで協力しながら活動する中で、友だちと関わりあい、学びが広がっていく姿が印象的であった。

<職員の共有と気づき・園全体の振り返り>

本プロジェクトを通して、子どもたちが植物を単なる存在としてではなく、「命あるもの」として捉え、丁寧に関わろうとする姿が見られた点は、大きな学びであった。

また、バケツでの栽培を通して年下児も自然と関心を寄せるなど、異年齢での学びの広がりも見られた。

さらに、「育てる・作る・食べる」という一連の経験を通して、子ども同士が気づきや思いを共有し、共感し合う姿が見られたことは、食育の本質的な価値につながるものであると感じた。脱穀などの工程では難しさもあったが、その経験も含めて、自分たちで育てたお米を味わうことによる達成感へとつながっていた。

また、食への興味関心が高まり、日常の給食においても意欲的に食べる姿が見られるなど、生活面への波及も確認された。

一方で、実際の田んぼに触れる機会を設けるなど、より実体験を深める環境構成の工夫が今後の課題として挙げられる。

今後は、本活動で得られた経験を基に、遠足の計画を子どもたち自身が考えるなど、生活と結びついた探究的な学びへと発展させていくことが求められる。また、“食”を軸とした継続的な取り組みを通して、子どもたちの主体性や協働性をさらに育んでいきたい。