

はじめよう、家族と自然にやさしい暮らし

ecomom

エコママ <http://www.nikkeibp.co.jp/ecomom/>

9

2011 Sep

再発見
「食べる」って、
こんなに楽しい！

子どもを守る、
わが家の「防災」
未来を作る「自然エネルギー」





写真上・自分たちで育てた玉ねぎの皮をむきます。写真左・包丁を握る表情は真剣。「上手に切れるかな？」



エプロンをつけて頭に三角巾を巻いたら、準備完了！先生が野菜を切る手順を説明してくれます。

朝9時。「オハヨー！」と元氣よく登園してくる子どもたちからは、ワクワクした様子がうかがえます。なかでも年長クラスの子どもたちは笑顔いっぱい。さっそく自分たちの部屋へ駆け込み、エプロンと三角巾で身支度。そう、今日は年長クラスの子どもたちがカレー作り挑戦する「カレーパーティ」なのです。

ここは、東京・八王子にある「東京ゆりかご幼稚園」。高尾山のふもとにある豊かな自然の中で、子どもたち自らによる生きた体験を大切にしています。「ありのままの自然に五感を使って触れ、遊びながら豊かな感性を育てていきたい」と、園長の内野彰裕さん。

こんな実体験中心のカリキュラムのひとつとして、食育に力を入れています。畑では子どもたちがにんじん、玉ねぎ、じゃがいもなどの野菜を育て、肥料には落ち葉を集めて作った自家製の腐葉土を使います。もちろん、今日のカレーパーティでは、自分たちで育てた野菜も主役です。

「おいしいカレーを作って、先生や年下の子どもたちにごちそうするんだ」と張り切る子どもたち。



写真提供=ゆりかご幼稚園

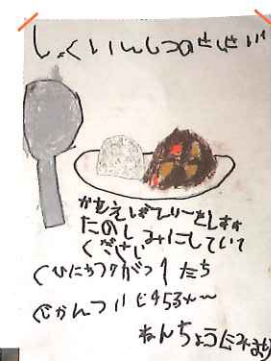
野菜の収穫、お買い物… パーティ前は大忙し

カレーパーティで使う材料は自分たちで育てた野菜たち。年少さんが「にんじん」、年中さんが「じゃがいも」、年長さんが「玉ねぎ」の担当です。それぞれ、前日までに野菜を収穫してパーティ当日に備えます。

野菜の足りない分とお肉は、年長さんたちが近くのスーパーでお買い物。「どの野菜が新鮮で、おいしいかな？」。真剣なまなざしで野菜をチェック。お金を払ってちゃんと園まで持ち帰りました。



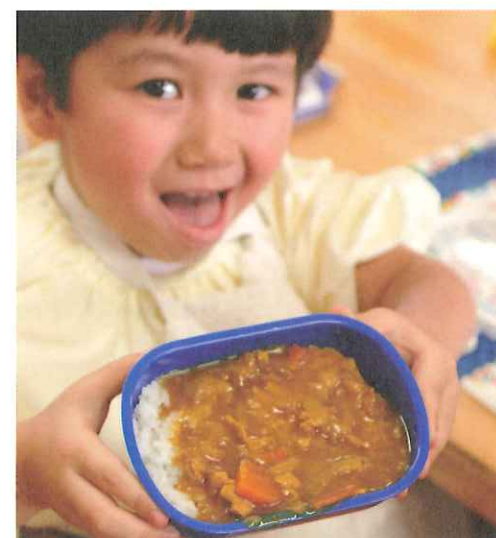
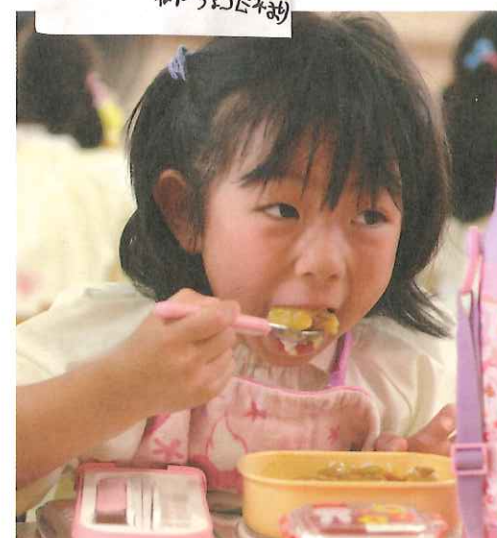
ボクらが
作ったんだよ！



今日はおいしい カレーパーティ

東京ゆりかご幼稚園では、年に一度、年長の子どもたちがとびきりおいしいカレーを作ります。みんなのお楽しみ「カレーパーティ」のはじまり、はじまり♪

撮影=天方晴子





「よいしょ、よいしょ」。冷たい麦茶も自分たちで運びます。

いよいよ準備完了。年長さんが先頭に立って各クラスをまわり、縦割り班のメンバーが集合します。



きれいに食べたよ



おかわりする子が続々。「年長さんの作ったカレー、おいしいね」。

オイシ〜

「自分たちで育てて、収穫し、五感を使った実体験がよろこびを教えて



「うわ〜っ、おいしそう!」。持ってきたごはんはカレーをたっぷりかけてもらいます。



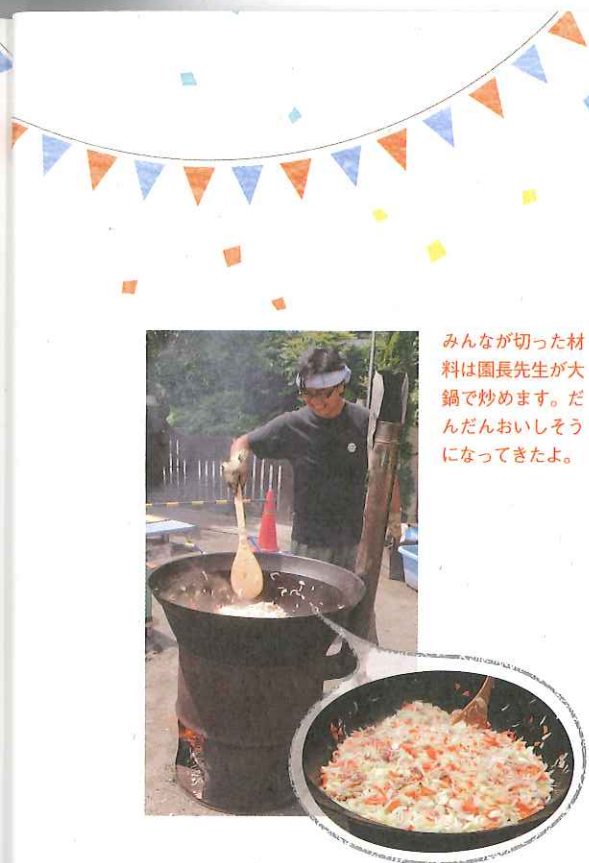
東京ゆりかご幼稚園

緑豊かな八王子の自然を生かして、自然教育、体験教育に力を入れることで子どもたちの豊かな心をはぐくみます。農業体験や子どもクッキングなどさまざまな食育にも取り組んでいます。
東京都八王子市館町2724-2
<http://www.tokyo-yurikago.ed.jp/>

つまって、おいしそうなおいがするでしょ。鍋の中身をすくって、集まってきた子どもたちに見せながら、園長先生が説明します。さあ、そろそろカレーが完成。全員席についたら、みんなで仲よく「いただきます!」。

「おいしいね〜」。みんなにほめられて、年長クラスの子どもたちは、ちょっぴり自慢げ。「ボクたちの作ったカレー、すごいおいしかったんだよ」とママに教えてあげなくちゃ。

誰かのために作るのって、楽しい。誰かが自分のために作ってくれたごはんって、おいしい。こんな「おいしい、うれしい体験」がぎゅっとつまった、カレーパーティーでした。



みんなが切った材料は園長先生が大鍋で炒めます。だんだんおいしそうになってきたよ。

調理して、食べる」。「食べる」ことのくれます。

薪で釜炊きしたごはんは先生用。「ほ〜ら、こんなにふっくら炊けたよ」。



まずは先生から今日の手順の説明をしっかりと聞いて、いよいよ作業開始です。

手元にある野菜は自分たちで毎日水やりをして育てた野菜と、スーパーで買った野菜たち。あれ？自分たちが育てたのは、小さかったり、ひょろっとしたりしているな。農家の人たちが、ふだんお店で買うくらい大きな野菜に育てるのって、大変なんだね」と先生の言葉に、じっとその大きさを見比べています。

さて、次はいよいよ包丁を握って、順番に野菜を切っていきます。「野菜をおさえる手は、猫の手でね」という先生のアドバイスを守り、丁寧に野菜をカット。ちょっと緊張しながらも、上手に包丁を使えて、ほっ。

年長クラスが一生懸命野菜を切っている間に、ほかの子どもたちは元気に庭で外遊び。その一角では、園長先生が火に薪をくべてごはんを炊き始めました。続いて、年長クラスがカットした野菜が運び込まれて、大鍋で一気に炒めまします。「ほら、こんなふうにお米が炊けたよ。つやつやしているね」

「野菜を炒めたうまみがぎゅっと



材料を切ったら、鍋にカレーのルーを割り入れて。「うわ〜、くさ〜い!」。ちょっとにおいがキツイかな?



野菜を育てている畑では、今日は年中さんがじゃがいも堀り。

