

幼児食育事業

やさいはかせになろう

🥕 ~ 講座の様子 ~ 🥕

2歳6か月から3歳11か月のお子さんと保護者の方を対象に行っている、「やさいはかせになろう」の様子をお伝えします。

栄養士によるエプロンシアターを行います。
どんな動物さんが出てくるかな？お野菜って、体にどんないいことしてくれるのかな？



鎌倉市図書館による、野菜に関する絵本や紙芝居のお話し会をします。
手遊びや、お野菜クイズがあることも。
知っているお野菜が出てくると、
みんな大よろこびです♪

グループにわかれてスタンプラリーのスタートです！
とまとブース、だいこんブース、ほうれんそうブース
の3つのブースを回ります。
それぞれのブースで野菜スタンプを集めよう！



旬の野菜の下処理体験や、野菜の型抜きなどなど
野菜に触れるブースです。自分で型抜きした野菜なら、
いつもよりおいしく食べられるかも。
この日の旬野菜はスナップエンドウでした！
上手にすじ取りできたかな？



こちらのブースでは保護者の方が言った野菜を
お子さんたちに選んで取ってもらいます。
まるごとの形だとわからないかな…？
え、こんなお野菜も知ってるの??と驚く声も聞こえます♪

たくさん選べたね！



こちらのブースでは、鎌倉市図書館から野菜やお料理に関する本、絵本の紹介、栄養士から鎌倉市内の畑や産地直売所の紹介などを行います。
お野菜をおいしく食べるポイントのお話しもさせていただきます◎

全部のブースを回ってスタンプを集められたおともだちには「やさいはかせ」の認定メダルを贈呈！
これからも野菜となかよく、楽しんで食べたり育てたりしてね(^^)



いかがでしたか？野菜大好きなお子さんもいれば、野菜を食べてくれなくなってきた、特定の野菜しか食べてくれない、など、野菜に関するお悩みをたくさん耳にするお年頃です。やさいはかせになろうでは、野菜に親しむことをモットーとし、まずは知ること、触れることを大切にしています。

♪みなさまのご参加をお待ちしています♪