

第一章 「ほねくんと やさいスープ」

お話の概要



ねらい

【幼児】

やさいのスープづくりを通し、調理の楽しさや興味、やさいへの親しみを高める。

【保護者】

子どもが嫌いな食べ物にチャレンジしようとする意欲を高める方法について考える。



対象

幼児 ・ 保護者



所要時間

10～15分

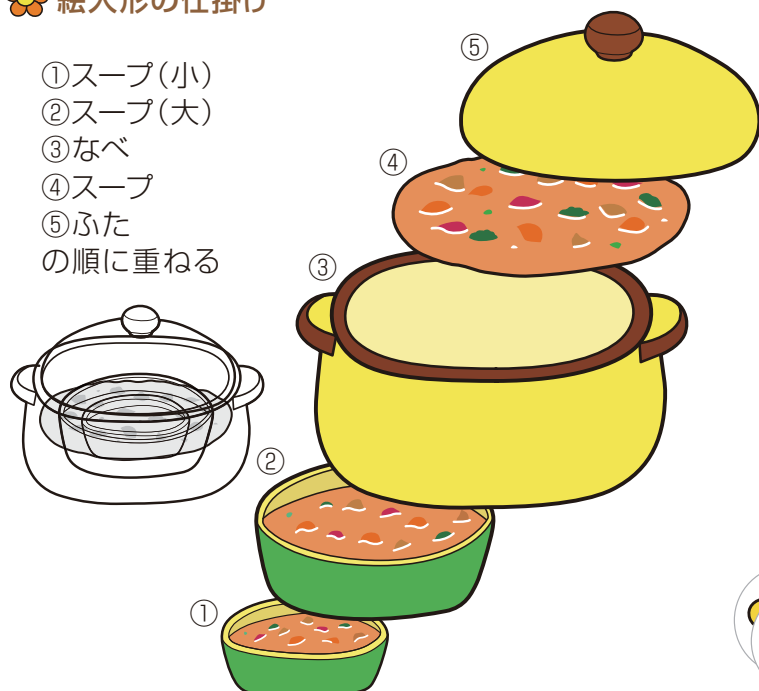


あらすじ

お腹が空いたほねくんのため、ほねママはやさいたっぷりのスープをつくります。お腹がぺこぺこのほねくんは、大喜びでスープを食べようとしますが、苦手なにんじんが入っているのを見つけて食べようとしません。困ったほねママは、ほねくんがチャレンジしようとする意欲を高めるため、いくつかの方法をとります。そして、最後は2人とも笑顔でやさいスープを食べました。



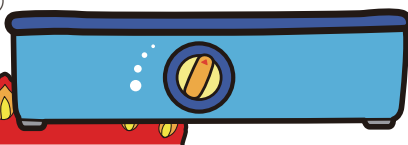
絵人形の仕掛け



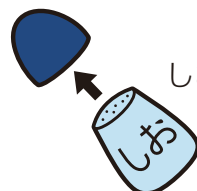
①火
②ガスコンロ
の順に重ねる



②



①



しおをキャップに差し込む



お花を重ねて
ポケットに入れておく

「ほねくんと やさいスープ」の演じ方

ナレーション ほねくん ママ

セリフ・うた	場 面	演じ方
<p>みなさん、こんにちは～ みんな、 骨って知っているかな？ みんなのカラダの中に入っているんだよ。 今日は、みんなと同じ、 骨からできた“ほねくん”って お友達が来ています。 ちょっと恥ずかしがり屋 だから、 みんな『せーの』で 『ほねくん』って 呼んでくれるかな？ 『せーの！』 (子どもたちが呼ぶ)</p>		
<p>は～い！ みんな、こんにちは。 ぼく、ほねくんです。 今日は、ぼくのママも 来ています。ママ～！</p> <p>は～い！</p>		<p>パネル板の裏から ほねくんとママの 頭を持って動かしながら 登場させて貼る。</p>
<p>ママ・・・ ぼく、お腹が空いちゃったよ。</p> <p>あら、それじゃあ、 ママがおいしいスープを つくるわ。 スープができるまで、 ほねくん待っててね。</p> <p>やったあ！</p>		<p>ほねくんの頭を持ち、 身体を曲げて お腹が空いた様子を示す。 ママの手をあげ、 エプロンを貼る。</p> <p>ほねくんの頭を持って 動かしながら退場。</p>

セリフ・うた	場 面	演 じ 方
 それでは、おおきなお鍋を用意しましょう。 ぐつぐつ煮込むコンロが必要ね。		ふた、スープ、鍋、スープ皿(大)、 スープ皿(小)の順に 重ねた鍋を重そうにそっと貼る。 (ふたとスープの裏に パネル布を裏打ちしておく) 炎を仕掛けたガスコンロを貼る。
 今日は、やさいたっぷりの スープをつくりましょう。 みんなは、 どんなおやさいが好きかな？ (『にんじん』など)		子どもたちの反応を 待ちながらたずねる。 受け答えをしながら、 にんじん、たまねぎ、じゃがいも、 ブロッコリー、トマト、ベーコン の順に貼る。
 これから、 今日のスープの材料の 手遊びをします。 先生のマネをしてね。 (P11～12 手遊び 「スープづくり」参照)		できる限り大きな動きで示す。 見本を見せたら、 一度通してみる。
 それでは、この材料を お鍋に入れましょう。		鍋のふたをあけ、一つずつ お鍋の切れ込みに入れる。
 最後にお塩を入れて..		塩を持ち、ふたをとって 振り入れるマネをする。

「ほねくん と やさいスープ」の演じ方

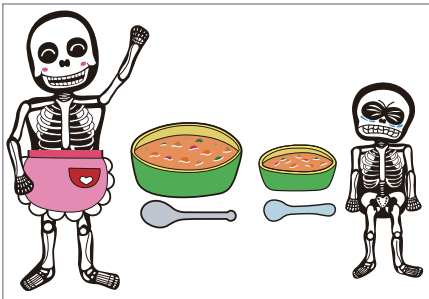

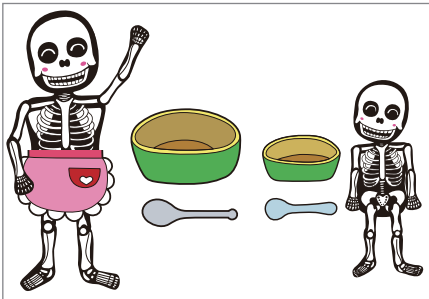
ナレーション ほねくん ママ

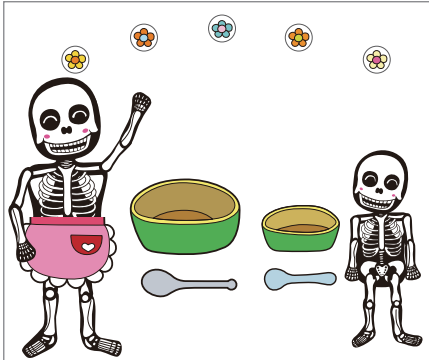
セリフ・うた	場 面	演じ方
<p>ふたをして.. 火をつけましょう。</p>		<p>鍋のふたをとじる。 ガスの取っ手をひねり、 ガスコンロを下にずらして 炎を出す。 (左右に小刻みにゆらしながら)</p>
<p>それでは、ぐつぐつ煮込んで いる間に、なんの材料を入れ たか、おさらいしてみましょう。 みんな覚えているかな？ (手遊び「スープづくり」) みんなよく覚えていたね～ では、スープができたか、 みてみましょう。</p>		<p>子どもたちの反応をみながら、 材料の復習をし、 手遊び「スープづくり」を行う。</p>
<p>できたかな、できたかな～？ さあ、おいしいスープの できあがり～ では、火を切って・・・</p>		<p>ふたをそっとはずし、 できあがったスープをみせる。</p> <p>ガスコンロの取っ手を回し、 火を止める。</p>
<p>お皿に盛りつけましょう。 それじゃあ、 『できたよ～』と、ほねくんを 呼んであげましょう。 せーの！ 『できたよ～』</p>		<p>ガスコンロ、炎をはずした後、 一気にふたと鍋をはずす。 スープ皿(大)を示し、 スプーン(大)を貼る。 ほねくんを呼ぶよう、 声掛けを行う。</p>
<p>は～い！ あ～お腹すいた～ いただきま～す！</p>		<p>ほねくんの頭をもち、 動かしながら貼る。 スプーンでスープの中の にんじんの箇所をすくい、 ほねくんの顔のそばまで もっていく。</p>

セリフ・うた	場面	演じ方
<p> あれ～？スープの中に にんじんが入ってる！ ぼく、にんじん嫌いだよ～！</p> <p> あらあら、どうやら、 ほねくんは、にんじんが 嫌いなようです。 困ったママは、少し考えると 思いつきました。</p>		<p>嫌がる声を出しながら、 ほねくんが嫌がる顔を貼る。 演者も嫌な顔をする。</p> <p>腕を組み、 困って考える様子を示す。</p>
<p> そうだ！ほねクン、 この前はお花の形をした にんじんを食べられた じゃない。 思い出してごらん。 きっと今日も食べられるよ！ 一口食べてみよう。</p> <p> もぐもぐもぐもぐ…う～ん</p> <p> あら！一口食べられたわね。 えらいね～</p> <p> う～ん…もぐもぐ</p> <p> ママはさらに考えて…</p>		<p>片手をグーにし、 もう片方の手の平を打ち、 思いついた！の仕草をする。 吹き出しを貼り、 花形のにんじんを指す。</p> <p>スプーンを持ち、 ほねくんに食べさせる。 演者は、 ほねくんになったつもりで、 少し嫌そうに もぐもぐ食べるマネをする。</p> <p>吹き出しをはずす。</p> <p>腕を組み、 困って考える様子を示す。</p>
<p> そうね… そうだね！ 今日は、この大きなお皿の スープはママが食べるわ。 ほねくんは、 この小さいお皿のスープを 食べてみない？</p>		<p>片手をグーにし、もう片方の 手の平を打ち、思いついた！の 仕草をする。 スープ皿(大)をずらし、 スープ皿(小)を出す。 スープ皿(小)の下に スプーン(小)を貼る。</p>

「ほねくん と やさいスープ」の演じ方

ナレーション ほねくん ママ

セリフ・うた	場 面	演じ方
<p>それじゃ、ママも いただきま〜す！ パクパクパクパク。 あ〜おいしい！ このスープとっても 美味しいわ。</p>		<p>スプーン(大)を持って ママに食べさせる。</p>
<p>とてもおいしいスープを 食べて、ママのお顔は・・・ にこにこになりました。 あまりにおいしくて、 あっという間に・・・ さて、みんな、ママのお皿は どうなったと思う？ (子どもたち： 『空っぽ〜!』の返答を期待。) そうだね〜空っぽのピカピカ なお皿になりました！</p>		<p>少しためながら、素早く ママの顔に、にこにこ顔を 貼る。さらにスプーン(大)を 持って、数回ママにスープを 食べさせる。</p> <p>子どもたちの反応をみながら、 素早くスープ皿(大)を ひっくり返す。</p> <p>子どもたちの声を拾ってお皿が どうなったかを表現する。</p>
<p>ママがおいしそうに 食べている姿を見た ほねくんも、パクパクパクパク 食べはじめ・・・</p> <p>さあ、ほねくんのお顔は どうなったと思う？ (子どもたち： 『にこにこ〜!』を期待。)</p> <p>そうだね！ にこにこ顔になった、 ほねくんは、 もっとパクパク食べて・・</p>		<p>スプーン(小)を持って、 数回ほねくんにスープを 食べさせる。</p> <p>子どもたちの返答をうかがって 少しためながら、素早くほねく んの顔に、にこにこ顔を貼る。</p> <p>スプーン(小)を持って、数回ほね くんにスープを食べさせる。</p> <p>子どもたちの返答をうかがいな がら、素早くスープ皿(小)を ひっくり返す。</p>

セリフ・うた	場 面	演じ方
<p>さあ、みんな、ほねくんの お皿はどうなったかな？ (子どもたち： 『空っぽ〜!』の返答を期待。) そうだね、空っぽの ピカピカお皿になりました。</p> <p>こうして、ママのお皿も ほねくんのお皿も ピカピカになって、 2人は笑顔でごちそうさまを しました。</p> <p>おしまい。</p>		<p>同じ大きさに切ったお花を 重ねてポケットに入れておき、 パネル板の上ですらしながら お花を飾る。</p>

コラム①

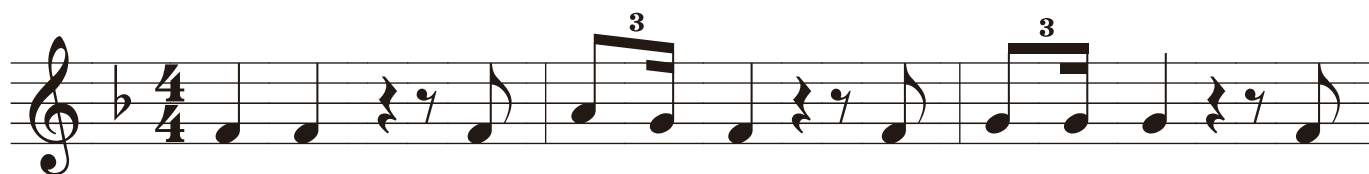
食べ物とごほうび

「これ食べたら、デザート食べていいよ」そのような言葉がけをよく耳にします。しかし、このような働きかけは、子どもが自ら食べようとする意欲を一時的に起こしますが、長期的にみた場合、大人が食べてほしいと願う「これ」を食べる意欲は育ちません。このことから、デザートが食べさせるための道具としてあたり前に用いられることは避けたいところです。また、「これを食べたら、遊びに行っていていいよ」というように、ごほうびを得るための手段として与えられた食べ物への嗜好は低下するといわれています。

「食べなさい!」と強くいうことは、より食べる意欲を失わせますが、このようにごほうびを得るための手段とした働きかけも、長期的な子どもの食べる意欲を低くしてしまうと考えられます。このような働きかけではなく、子どもがチャレンジしてみようと自ら思う働きかけが必要です。まずは、子どもが「食べる」ことに興味をもつ環境をつくることから始めることが大切です。

〔歌〕

🌸 手遊び スープづくり 🌸



にん じん (にんじん) た ま ね ぎ (たまねぎ) じゃ が い も (じゃがいも) ブ



ロ ッ コ リー (ブロッコリー) ト マ ト (トマト) ベー コン (ベーコン)

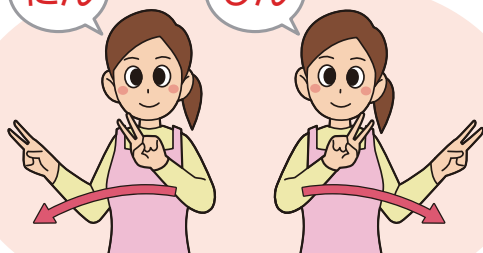
〔ふりつけ〕



にんじん

にん

じん

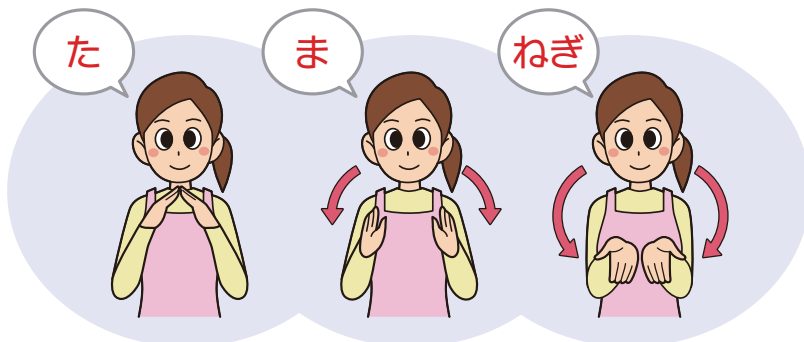


たまねぎ

た

ま

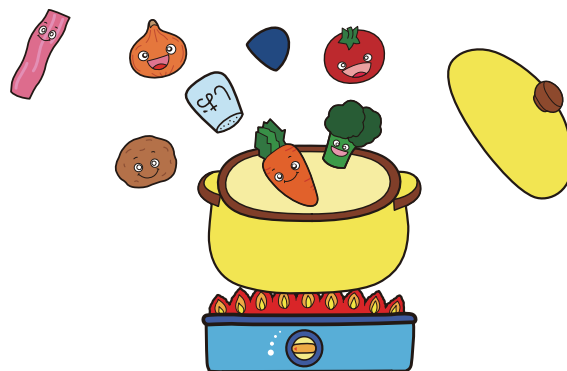
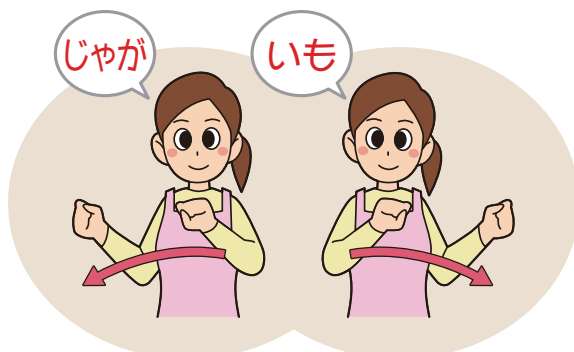
ねぎ



じゃがいも

じゃが

いも





ブロッコリー

ブ



ロツコ

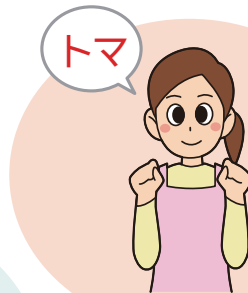


リー

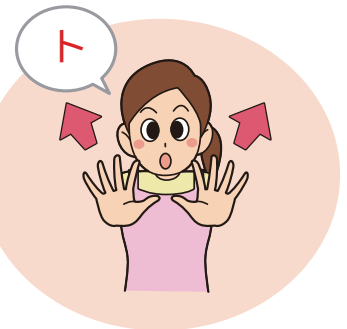


トマト

トマ



ト



ベーコン

ベー



コン



コラム②

共食 ～一緒に笑顔で～

近年、子どもと家族と一緒に食べること（共食）が推奨されています。しかしながら、せっかく同じ食卓についても食事の時間が楽しくない状態になっている場合があります。以前、子どもに偏食がある保護者の方にインタビューをした際、『食事の時間になると、親も子も戦闘態勢に入って構え、お互いにプレッシャーを感じている』というお話を聞きました。子どもの食育の目標は、“楽しく食べる子”を育てることです。そのため、親と子が負担にならずに嫌いな食べ物にチャレンジする機会をもてるようになってほしいと考えています。力を抜いた状態で食卓では楽しい雰囲気をつくること、その一歩によって共食のもつパワーが発揮されます。子どもたちが楽しい雰囲気の中で食べ、“食事が楽しい”という記憶を得ることは、将来の子どもたちの“食べる力”の源になります。

また、子どもたちは、一緒に食卓を囲む大好きな家族や先生、お友達のまねをして、同じ動きをするようになります。食事のマナーや挨拶の習慣、まずは周囲の大人ができているか振り返る必要があります。