

食育おたより

HOPPA たかの子

(株)ミールケア

先日はシリウス組さんの食育「野菜染め」がありました。いつもみんなが美味しく食べている玉ねぎ。いつもは捨ててしまう皮を使って、ハンダナを染物してみました！「玉ねぎの皮で色がつくの！？」と興味津々の子どもたち。

まずは先生のお話をよく聞いて、輪ゴムとビー玉で布を絞り、世界に一つしかない模様を作りました。どんな模様になるのかワクワクしながら、作っていた子どもたちです。

草木染めとは

今回、子ども達で行った「玉ねぎの染め物」は、草木染めの1種です。天然の植物を植物染料として染める方法を「草木染め」といいます。ほとんどすべての植物が染材として使用できるといわれています。花や茎、根っこ、木の枝葉、樹皮などの植物。ナスや、果実の皮、小豆や黒豆、コーヒーや紅茶などの食品も染料になります。染材としての植物は、同一品種でも生育地域や植物の成熟度などによって、同一の色素が抽出できないことがあり、同じ色の再現が難しいとされています。逆に言うならば、正確に同じ色に染色できないからこそ面白味があり、目を見張るような素晴らしい色が出されることもあります。

SDGs なエコ活動！

SDGs とは、
限りある資源・地球の未来を守るため
2030 年までに
世界の人々が達成しなければならない
国連が決めた **17 個の目標**です！

廃材を利用する今回の活動は、

【目標②つくる責任 つかう責任】について考えるきっかけになることでしょう。何でも簡単に「ゴミ」として捨ててしまうのではなく、使えるものは修理して使ったり、リサイクル製品にかえるために、ゴミの分別に協力したり、本当に些細なことでも、一人一人ができるSDGsの取り組みがあるはず。お家ではどんなことができるかな？などと、ご家庭でも是非話し合ってみてくださいね。

前日の準備では

玉ねぎの皮むき、

包丁を使い玉ねぎのスライスに挑戦
手を切らないかハラハラドキドキ！！

切った玉ねぎはオニオンスープに変身
給食でおいしく食べました。



ミールケアさんと一緒に野菜染め(玉ねぎの皮)スタート

カサカサの音がする
カレーみたいなにおいがする
べとべととしている

スーパーボール・ビー玉
ピンポン玉・割りばしを使い
どんな模様になるかなー？

玉ねぎのお風呂に
いってらっしゃい！

④魔法の水
(ミヨウバン)につける

⑤ゴムをほどく

① 玉ねぎの皮の観察

② 布を道具を使い縛る

③ 煮汁につける

⑥ 水洗いして完成



園名	HOPPA たかの子
----	------------

1. 活動テーマ

《テーマ》

野菜染め（玉ねぎの皮）バンダナ作り

《テーマの設定理由》

- 常廃棄されてしまう野菜くず（玉ねぎの皮）を染料として再利用することで、食品ロスの削減に貢献できる。
- 環境へのやさしさ: 化学染料を使わず、自然由来の素材で染める草木染めの一種であるため、排水による環境負荷が少ない。
- 循環型社会への関心: 普段何気なく捨てているものに価値を見出すことで、資源を大切にする意識や、環境問題について考えるきっかけになる。

2. 《活動スケジュール》

① 事前準備として

- 玉ねぎの皮集め（皮をむいた玉ねぎを包丁でスライスしスープにした）
- バンダナの水洗い（名前記入）

② 当日の流れ

- 内容の説明
- 玉ねぎの観察
- バンダナを道具を使い輪ゴムで縛る
- 染める（玉ねぎの皮を煮ると何色になるか観察しながら鍋に入れる）

③ ミョウバン水につけ色止めをする（玉ねぎの皮についての話を聞く）

④ バンダナを洗う（輪ゴムをほどく）→広げて柄を確認する

⑤ 干す

3. 探求活動の実践

《活動の内容》

*活動のために準備した素材や道具、環境の設定

*活動中の子供の姿・声、子供同士保育士との関わり等を記入

模様付けの為に道具に割りばし・ペットボトルのキャップ・スーパーボール・ピンポン玉・ビー玉を準備した。丸いものが多い中割りばしの使い方に戸惑う姿もあったが横にしたり突き刺したりと試行錯誤していた。輪ゴムのかけは緩くなったりかじえられなかったりと大苦戦だった。

玉ねぎの煮汁につけるときに、「風呂に入ってきてね」・「お湯加減はどうかな」などと声をかけていた例煮汁から出すときも「いい湯だったかな?」と声を掛け合っていた。



4. 振り返り

《振り返りによって得た先生の気づき》

玉ねぎの皮は、普段廃棄されるものから美しい色を出す SDGs にもつながる食育活動です。子どもたちは布を事前に水洗いしたり、玉ねぎに皮をむいての皮集めや、むいた玉ねぎを包丁で切る作業を体験したり、輪ゴムで縛って模様をつけたりする工程から参加し、染まった布をバンダナとして活用して喜んでいます。

廃棄物から価値あるものを作り出すことで、子どもの「もったいない」心を育て、SDGs の目標 12 「つくる責任・つかう責任」を伝える機会になった。

普段食べている野菜の皮が染料になることに驚き、食への興味関心を深めることができた。

布をさまざまな形に縛ることで模様が異なり、発見や驚きを通して子どもの想像力や探求心を育めることができ、共同作業を通して、子ども同士で喜びを分かち合い、達成感を味わうことができました。