



## SDGsだより No12

### 各家庭におけるSDGsの取り組み

令和7年10月29日(水)  
学校法人 成田学園  
希望ヶ丘こども園  
園長 相楽 悦子

錦秋の候、保護者の皆様におかれましては、ますますご盛栄のこととお慶び申し上げます。日頃より本園の教育・保育活動にご理解・ご協力をくださいまして、厚く御礼申し上げます。

希望ヶ丘こども園は、SDGsを日頃の保育の中で実践しています。

今年度もSDGsビンゴに挑戦し、改めて電気の大切さや水の大切さ等を振り返りSDGsの意識を高めてきました。各クラスに展示してある、各家庭のSDGsについての取り組みを紹介します。

「ごみの分別をする。」「マイボトルを持ち歩く。」「お水をこまめに止める。」「ミニトマトを種から育てて食べました。自分で作ったトマトはおいしかったよ。」「命を大切にする。」「生き物や野菜を育てる。」「ご飯を残さず食べる。」「使わないお部屋の電気は消す。」「野菜を残さない。」「マイバックを買い物にもっていく。」「折り紙、ティッシュ、テープ、シール等無駄遣いしない。」「物をすぐに捨てずに大切に使う。」「元気に挨拶する。」「訳アリ品を買って食品ロスを減らす。」「無農薬で作った野菜や果物は環境にもよく、食べる分だけ収穫して残さず食べる。家庭菜園で野菜を育てています。」「お友達と仲良く過ごす。」「自分の水筒とスプーンを持ち歩く。」「いっぱい絵本を読む。」「好き嫌いをしないで、いろいろなご飯を食べる。」「ねえねのおさがりを着る。」「小さくて着られなくなったお洋服をいどこにあげる。」「廃材もおもちゃづくりに再利用。」「薄着にして冷房の温度を低くしすぎず過ごす。」「歯みがきをする。」「テレビをあまり見ないで家族で遊ぶ。」等々。

皆様から、たくさんのSDGsの実践をいただきありがとうございました。各家庭のSDGsの取り組みをぜひ参考にして、できることを増やしてみてください。これからも子どもたちの住みよい地球を守るため、皆でできることに取り組んでSDGsの意識をますます高めてまいりましょう。



### 10月21日(火)は「みらいの給食～ピーチシャークでSDGs～」の献立がでました！

21日の献立は、「ごはん、豚汁、ピーチシャークの海苔マヨ焼き、海藻サラダ、パイン」でした。この中のピーチシャークが、SDGsとして今、見直されています。

「ピーチシャーク」とは宮城県気仙沼に水揚げされた鮮度の高いヨシキリザメを言います。

ほんのり薄桃色をしたみずみずしい姿が桃のように美しいことから「ピーチシャーク」と呼ばれています。ピーチシャークは高たんぱく・低カロリー・低脂肪。育ち盛りのお子さんに必要な良質のたんぱく質を補うことができ、またあっさりとしたたんぱくな味わいの白身は、調理方法や味付けを選ばずさまざまな料理に使用できますが今までは食べられていませんでした。捨てていたピーチシャークの魚肉を食べることで新たなタンパク質源になり、今では、食材の枯渇にも貢献しています。また、海の生態系を守り、将来の魚種の確保にもつながっています。

午後のおやつは「お米のジェラート」でした。規格外のお米ということで捨てられてしまうお米を使って環境にやさしいおいしいジェラートを魚国さんが手作りのお菓子にして子ども達に提供してくれました。子ども達は「おいしい」と大満足でした。



## 「早寝・早起き・朝ごはん運動」文部科学大臣表彰 現地聞き取り調査がありました！



9月2日（火）、「早寝・早起き・朝ごはん運動」文部科学大臣表彰に輝いた本園に、文部科学省より3名の先生方が来園し、「どのように取り組んでいるのかを教えてください」と現地聞き取り調査がありました。希望ヶ丘こども園の「早寝・早起き・朝ごはん・歯みがき」の実践のすばらしさについて全国に発信したいとの話もいただきました。特に給食等の食育教育・アサガオ、さつま芋、野菜等の栽培活動・歯の教室・食育教室やキッズガーデンの取り組みなど、教育活動が他園にはない画期的な多くの取り組みがあり、大変すばらしいとお褒めの言葉もたくさんいただきました。

これから心も体も頭も基本ができる大切な乳幼児期に、家庭と園が一体となって「早寝・早起き・朝ごはん」で生活リズムを整えさせ、子ども達に健康な心と体と頭を作ってまいりましょう。文科省の先生からは食育にもう一つ大切なこととして、朝ごはん後のうんちの習慣化を保護者の皆様にお伝えくださいとのお話がありました。毎日「ばななうんち」ができるように、家庭でがんばっていただきたいとのことでした。

うんちのものは、食べたものが消化されて出てきたものであること。「ばななうんち」が出るように、黄色・赤色・緑色の食べ物をバランス良く食べることが大事であることを再認識して子ども達の健康に一層努めてほしいとのことなどでした。以下の三色を家庭でも子どもたちに提供してくださいとのことでした。

※黄色は「エネルギーのもとになるもの」ごはんやパン・いもなどの炭水化物の食品。

※赤色は「体をつくるもとになるもの」肉や魚、牛乳、卵、ヨーグルトなどのたんぱく質・ミネラルの食品。

※緑色は「トマト、ピーマン・人参」などのいろいろな野菜のビタミン・ミネラルの食品。

希望ヶ丘こども園の取り組みが全国に近く報告されるとのことです。このようにすばらしい園になっているのも保護者の皆様のご協力のおかげです。ありがとうございます。

### 2.うんちのものは何だろう？



文部科学省の先生方からいただいた「自分でできるうんちクリニック～毎日のうんちを観察してみよう～」を幼稚園部に配布いたします。食事の時には、黄色・赤色・緑色を意識しながら、食べてみてください。そしてうんちがでたら子ども達と楽しみながら観察してみてください。10日分の記入が出来ましたら、担任までご提出ください。子ども達がうんちの様子を毎朝意識して健康につなげることができるよう、お声かけください。

これからも「早寝・早起き・朝ごはん、そして歯みがき・ばななうんち！」で子ども達の健康を守っていただきたいと思います。