

認定こども園〇〇〇園(保育所共通) 食育計画 0・1・2歳児

【健】…食と健康 【人】…食と人間関係 【文】…食と文化 【命】命の育ちと食 【料】…料理と食

年間目標	0歳	1歳	2歳	アレルギー対応
年間目標	<p>【健】食べ物に興味を持ち、好き嫌いをなく、しっかり噛んで完食できるようになる。</p> <p>【人】安定した人間関係の中、楽しく食事ができる。</p> <p>【文】食事の前には挨拶があるということを知る。</p> <p>【命】お腹が空き、進んで離乳食を喜んで食べる。</p> <p>【料】いろいろな食べ物を見る、触る、噛んで味わうなどの経験を通して自分で進んで食べようとする。</p>	<p>【健】好き嫌いせず何でも食べ、自ら意欲的に食事ができる。</p> <p>【人】様々な人と楽しく食事ができる。</p> <p>【文】挨拶や手洗いをなどを進んで行い、食事の準備中や食後など、静かに待てるようになる。</p> <p>【命】野菜の栽培を見ることで、食材に興味をもつ。</p> <p>【料】旬の野菜や魚などの美味しさを知る。</p>	<p>【健】自分が苦手なものも進んで食べ、自分の体や健康に興味をもてるようになる。</p> <p>【人】様々な人と一緒に食べる楽しさを味わい、マナーを守って食事をする。</p> <p>【文】食前、食後は静かに席に座って待てるようになる。</p> <p>【命】挨拶や手洗いなどを進んで行い、作ってくれた人への感謝の気持ちをもつ。</p> <p>【料】バランスよく食べる大切さを知る。</p>	<p>●個々のアレルギーの状況を指示書・検査結果表をもとに把握し、代替食を提供する。</p> <p>●家庭と連携をし、徐々に食べられる食品があれば部分的に解除をしていき、無理なく普通食へ移行できるよう援助していく。</p> <p>●アレルギーの心配のある子には、家庭で初めて口にしている食材のときは、1品ずつ様子をよく見て進めるよう声掛けをしていく。</p>
期	1期(4~5月)	2期(6~8月)	3期(9~12月)	4期(1~3月)
0歳	<p>★内ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> ■安定した人間関係の中で心地よい生活を味わう。 ■きちんと咀嚼が行えるようになる。 ■食べ物に興味をもち、楽しみながら食事をすすめる。 ★ゆったりとした雰囲気の中で食べさせてくれる人に関心をもつ。 ★口をしっかりとごかし、咀嚼が行えるようになる ★よく遊び、よく眠り、進んで離乳食を食べる <p>★環境助成</p> <ul style="list-style-type: none"> ■ゆったりとくつろげる環境を整え、抱っこや触れ合い遊びを通して、お腹が空くようになる。 ★咀嚼が出来るように「もぐもぐ、ごっくん」と声掛けをする。 ★食欲と人間関係が密接にあることを踏まえ、子どもの人間への信頼、愛情の基盤となるよう、愛情豊かな特定の大人との継続的で応答的な授乳及び食事での関わりを配慮する。 ★保育士・栄養士が連携し、咀嚼や嚥下機能の発達状態を適切に把握し、家庭でもバランスよい食事を与えられるよう協力を求める。 	<p>■いろいろな食べ物を見る、触る、噛んで味わうなどの経験を通して自分で進んで食べようとする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ■食べ物でから飲みこんでいけるようになる。 ■食事の前には挨拶があるということを知る。 ★いろいろな食べ物に関心を持ち、自分で進んで食べ物を持って食べようとする。 ★そのまま飲み込むことなく、よく噛んでから飲みこむ。 ★食事の前後の挨拶を知り、保育士等や友達と一緒に進行。 <p>■自分でしようとする気持ちを大切に、好き嫌いせず様々な味に親しみをもてるように食材の種類や調理法にも配慮する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ■椅子と机の間を詰めすぎず、姿勢が安定し、正しい姿勢で座って食事ができるように促す。 ★子どもの食べる意欲を損なわないよう、一人一人の状態に応じて清潔に保っていきけるようにする。 ★挨拶をして食べられるよう、手を添えて一緒に進行するように援助する。 	<p>■なんでもバランスよく食べ、体を十分に動かす。</p> <ul style="list-style-type: none"> ■食後に口の周りを自分で拭き、清潔にしようとする。 ■様々な人とのお会食を通して愛情や信頼をもつ。 ■手づかみではなく、スプーンで食べ、離乳食からの移行を進める。 ★よく食べてよく運動をし、なにごとでも意欲的にやろうとする。 ★口の周りをタオルで拭き、清潔にすることが快いということを感じる。 ★保護者や地域の方々との会食により愛情や信頼をもつ。 ★手づかみではなく、スプーンを使って食べ、しっかりと噛んで完食できる。 <p>■様々な食材を食べられるよう、厭立を工夫し、旬の食材や果物を多く取り入れ、食欲を促す。</p> <ul style="list-style-type: none"> ★好き嫌いなく食べ、運動を行い、丈夫な体をつくることができよう声掛けをし、できたことは褒め、自信が付けよう配慮する。 ★口拭きそばに置き、食べ終わったら拭くことを伝え、自ら進んで拭いていけるように声掛けをし、清潔を保つ。 ★スプーンを取りやすい位置に置き、食べ物が少なくなってきたら皿の一方に集めるなど、個々に合わせて援助し、こぼしてしまっても励まし、食べようとする気持ちを大切に促す。 	<p>■お兄さんやお姉さんと一緒に買い物をする中で、楽しみながら店や働く人に興味をもつ。</p> <ul style="list-style-type: none"> ■スプーンを使い、進んで食べる。 ■横を向いて食べたり、立ち歩いたりせず、進んで食事をしようとする。 ★様々な店で働く人がいることを知り、お兄さんやお姉さんと一緒に楽しんで買い物をする。 ★スプーンを使い、最後まで自分で食べようとする意欲をもつ。 ★横を向いたり、立ち歩いたりすることなく、落ち着いて自分一人で食べようとする。 <p>■お土産さんごっこを通して、様々な店で働く人がいることを知らせ、楽しみながら店で物を買うという経験をする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ★手づかみもするが、スプーンを持って一人で何でも喜んで食べることができるよう、手を添えるなど少しずつ援助をし、手づかみで食べていたらその都度声掛けをしていく。 ★子どもが食べ物に興味をもって自ら意欲的に食べようとする姿を受け止め、自立心の芽生えを尊重する。
1歳	<p>★内ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> ■様々な食品や、調理形態に慣れ、楽しい雰囲気のもとで食べることができるようになる。 ■新しい環境で友達や保育士等と一緒に楽しく食べる。 ■スプーンの持ち方を確認し、在園児は正しい持ち方で、新入園児はスプーンを使うことを覚え、手を使うことなく食べていけるようになる。 ★様々な食品や調理形態に慣れ、なんでも食べられるようになる。 ★進級の喜びを感じ、新しい環境で楽しく食べる。 ★手を使わず、スプーンを使い、口に運んで食べていく。 <p>★環境助成</p> <ul style="list-style-type: none"> ■新しい環境に慣れ、食べることの喜びや楽しみを感じられるよう保育室の環境に配慮する。 ■スプーンを持ちやすい位置に置き、自ら進んでスプーンを口に運ぶことができるようになる。 ★視覚や味覚、嗅覚も発達し、緑の食べ物を選んだり、好き嫌いが現れたり、食欲にもむらがあるので、一人一人の食欲、咀嚼力、手指の発達や家庭での生活などに配慮した食事となるよう家庭・保育士・栄養士が連携する。 	<p>■歯でよく噛んで食べることが大切だということを知り、よく噛んで食べていけるようになる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ■偏った食べ方をせずに、汁物、おかず、ごはん、パン類などバランスよく食べる。 ■安定した生活リズムを保ち、暑さに負けず元気に過ごす。 ★歯に興味を持ち、食べ物をよく噛んで食事ができるようにする。 ★汁物ばかり飲まず、おかずやごはん、パンもバランスよく食べる。 ★生活リズムが安定し、食事も完食して健康に過ごす。 <p>■噛む力を養うため、少しずつ大きざや硬さを覚えていくとともに、大きめの食材や硬い食材は食べやすいように混ぜたり、よく噛むように声掛けをし、汁物、おかず、主食もバランスよく食べられるようにする。</p> <ul style="list-style-type: none"> ★食べ物をよく噛んで食べる大切さを知らせ、「もぐもぐ」「かみかみ」「ごっくん」と実際にまねをして見せたり、言葉で促すようにする。 ★暑さに負けず過ごすために、しっかりと休息を取り、心身を休めることや食事をきちんとすることが大切だということを伝え、家庭と保育園が連携して健康に配慮し好き嫌いなく完食できるようにする。 	<p>■姿勢に注意して食べる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ■好きなものばかり食べるのではなく、苦手なものでも食べる。 ■食事の挨拶や歌を歌えるようになる。 ★食べる姿勢に注意し、正しい姿勢で椅子に座り、食事を進行。 ★バランスよく食べる大切さを知り、意欲的に食べようとする。 ★食事の前にはきちんと座り、手を膝に置き、保育士等とともに挨拶をしたり、歌を歌ったりできるようにする。 <p>■椅子と机の間を詰めすぎず、座りやすいように配慮を考え、正しい姿勢で座って食事ができるように促す。</p> <ul style="list-style-type: none"> ■食事に慣れ、咀嚼・嚥下ができ、食べることが楽しくなるように食べやすいと彩りにも配慮する。 ★口に運びやすいように援助し、上手に食べられたときには褒め、やる気をもたせていく。 ★食事の前の挨拶は、子どもの手を取って言葉をはっきりと発音し、模倣しやすいように配慮する。 	<p>■いろいろな種類の食べ物や料理を味わう。</p> <ul style="list-style-type: none"> ■スプーンを上手に使い、バランスよく食事ができる。 ■離乳食に興味を持ち、ひなまつりの由来を知り、雛あられなどの行事食を友だちと一緒に楽しく食べる。 ★食べ物に興味、関心を持ち、進んで自分から食べていこうとする。 ★手づかみではなく、スプーンを使い、三角食べをし、完食する。 ★ひなまつりの由来を知り、色合いの美しい雛人形や雛あられに興味をもち、桜餅の桜の葉の香りに気付き、友だちと楽しく食べる。 <p>■ひなまつりに興味と関心を示すよう数日前に雛人形を飾り、ひなまつりの由来や人形の配置、飾り物などを説明する。桃の花が咲く季節のため桃の節句といひ、この行事に食べられる食品を知らせ、行事食に取り入れる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ■配膳図を見られるようにし、スプーンを上手につかっけて三角食べができるよう配慮する。 ★好きな食べ物に偏らず、嫌いなものでも食べていけるように声掛けをする。 ★スプーンを正しく握って口に運べるよう、食器に手を添えたり声掛けをしたりする。
2歳	<p>★内ねらい</p> <ul style="list-style-type: none"> ■新しい環境で友達や保育士等と一緒に楽しく食べる。 ■食事に必要な基本的な態度や習慣を身に付ける。 ■食前、食後は自分の席で待ち、食事の際には姿勢よく周りを汚さないように気を付けて食べていく。 ★進級の喜びを感じ新しい環境で楽しく食べる。 ★楽しんで食事しながら、少しずつ皆の食べる量を合わせられるようになる。 ★みんなて「いただきます」、「ごちそうさま」の挨拶ができるように食事の時間を守り、待つという意識をもつ。 <p>★環境助成</p> <ul style="list-style-type: none"> ■食前食後の挨拶や食前に手洗いをするなどの習慣、食事のスピードなども周りに合わせていけるように配慮する。 ■新しい環境になり、落ち着いて過ごせるよう環境を整備する。 ★自分で苦手なものでも進んで食べていけるように声掛けをし、食べられた時には褒め、次へのやる気や意欲を引き出していく。 ★食事の前後の挨拶や座って待つことを覚えていけるよう声掛けをする。 ★みんなて食べる楽しさを感じられるよう、「おいしいね」などの会話をしながら食べられるよう援助していく。 	<p>■園での生活リズムに慣れ、元気に過ごしていく。</p> <ul style="list-style-type: none"> ■手洗いうがいをし、清潔な手で食べる。 ■季節感のある食材に親しみ、旬の夏野菜を味わう。 ★生活リズムが安定し、食事も完食して健康に過ごす。 ★手洗いうがいの仕方を身に付け、清潔な状態を保てるようになる。 ★スライやトモロコシを使って、遊びや製作を楽しみ、旬の夏野菜等を味わう。 <p>■スライやトモロコシの特徴を歌や絵本で教え、植物の種、花、葉の形などの違いに気付き、野菜をよく味わえるようになる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ★元気に過ごすために、しっかりと休息を取り心身を休めることや、食事をきちんととることが大切だということを伝え、家庭と保育園が連携して健康に配慮し好き嫌いなく完食できるように援助する。 ★石鹸をよく泡立てることや「ぶくぶく、ガラガラ」と声掛けをし、徐々にできるように援助する。 ★食事の前の挨拶は、子どもの手を取って言葉をはっきりと発音し、模倣しやすいように配慮する。 	<p>■時間内に食べ終わるよう自ら進んで食べていけるよう努力する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ■食育指導により、食事習慣について興味をもち、家庭での食事や給食を進んで食べる。 ■秋の魚や野菜、果物に関心をもつ。 ★時間内に残さずきれいに食べることをできるようにする。 ★栄養士による食育指導を聞き、食事習慣について興味をもつ。 ★秋の季節は、魚や野菜、果物がおいしいことに気付き、食べ慣れないものも積極的に食べていく。 <p>■食事の大切さに気付けるよう、栄養士による食育指導の劇をし、楽しみながら食への興味、関心を広げる。</p> <ul style="list-style-type: none"> ★時間内にきれいに食べられるように励ましたり声掛けをして意欲的に食べていけるように促す。 ★季節により、様々な食材が収穫されることを知らせ、自然と食事のつながりに気付くように配慮し、行事食だけでなく、普段の給食にも興味をもって、意欲的に食べられるように配慮する。 	<p>■多くの種類の食べ物や料理を味わう。</p> <ul style="list-style-type: none"> ■食べこぼしなく食べ、エプロンを付けずに食べることができる。 ■食事のマナーを身に付け、給食を食べて元気がよくなることを喜び、進級の喜びを感じる。 ★様々な食べ物を選んで食べる。 ★進級するとエプロンをしなくなることを意識し、食べこぼしなく食べる。 ★お互いの成長に気付き、給食のおかげで元気がよくなることを皆で一緒に喜び、進級の喜びを感じる。 <p>■子どもが遊びや睡眠、排泄などの諸活動をバランスよく展開し、食欲を育むよう配慮する。</p> <ul style="list-style-type: none"> ■子どもの体と机が離れすぎないように、椅子の位置に配慮し、食べやすい位置に配慮する。 ★進級するとエプロンをしなくなることを伝え、食べこぼして服を汚すことがないように注意しながらも時間内に食べていけるように配慮する。 ★友達と一緒に保育園でいろいろな食体験をして、楽しいおいしい給食であったことを会話し、成長の喜びを感じながら、行事食を味わえるよう配慮する。

認定こども園〇〇〇園(保育所共通) 食育計画 3・4・5歳児

【健】…食と健康 【人】…食と人間関係 【文】…食と文化 【命】命の育ちと食 【料】…料理と食

年間目標	3歳	4歳	5歳	アレルギー対応
	<p>【健】食生活に必要な基本的習慣や態度を身に付ける。 【人】様々な人と一緒に食べる楽しさを味わい、マナーを守って食事をする。 【文】季節の行事を通じ、伝統文化を知る。 【命】自分の体に必要な食品を知り、バランスよく何でも食べられるようになる。 【料】食材の色や形、食感の違いを楽しむ。</p>	<p>【健】自分の体に必要な食品の種類や動きを知る。 【人】友達と一緒に食べる楽しさを味わい、愛情や思いやりを育てる。 【文】楽しく食事をしながら、食事のマナーを身に付ける。 【命】野菜の栽培を通じ、生育の様子を知る。 【料】日本の伝統料理に触れ親しみを持つ</p>	<p>【健】自分の体に必要な食品の種類や動きを知り、バランスを考えて食事をする。 【人】食事を通じて、感謝の気持ちを育む。 【文】食事に過ごしていくための食習慣や生活態度を身に付け、集団生活でのルールなどが守れるようになる。 【命】栽培や収穫を通じ、食材への感覚を豊かにする。 【料】食事にふさわしい場を考え、落ち着いて食事をする。</p>	<p>●個々のアレルギーの状況を指示書・検査結果表をもとに把握し、代替食を提供する。 ●家庭と連携をし、徐々に食べられる食品があれば部分的に解除をしていき、無理なく普通食へ移行できるよう援助していく。</p>

期	1期(4～5月)	2期(6～8月)	3期(9～12月)	4期(1～3月)
---	----------	----------	-----------	----------

3歳	<p>★内容 ■できるだけ多くの種類の食べ物や料理を味わう。 ■自分で食事ができることや身近な人と一緒に食べる楽しさを味わう。 ■食事に必要な基本的習慣や態度を身に付ける。 ★様々な食べ物を進んで食べる。 ★健康な生活リズムを身に付ける。 ★身近な大人や友達とともに、食事をする喜びを味わう。</p>	<p>■調理に関心をもち、簡単な調理を楽しむ。 ■身近な食材を使って、食べものの味の違いを知る。 ■歯磨きを進んで行い、歯を丈夫にする食品を知り、進んで食べることができるようになる。 ★同じ料理を食べたり、分け合って食事することを喜ぶ。 ★身近な動植物に関心をもち、 ★歯磨きの習慣を身に付け、歯を丈夫にする食品を選ぶ。</p>	<p>■食べ物は口から食べた後、どうなるのか興味をもつ。 ■秋の魚や野菜、果物に関心をもち。 ■成長を喜び合う日本の伝統文化を知る。 ★良く噛んでしっかり飲み込むようにする。 ★食べ物と便との関係に興味と関心をもち。 ★旬の野菜や魚のおいしさを知る。</p>	<p>■おせち料理に使われている食べ物に興味をもつ。 ■箸の持ち方や使い方について興味をもち、正しく持つ。 ■自分の体に興味をもち、健康に過ごすために、好き嫌いなく何でも食べる。 ★おせち料理を食べる日本の年の始めの伝統的食文化を知る。 ★遊びを通して、箸の正しい持ち方や使い方を練習する。 ★慣れない食べ物や嫌いな食べ物にも挑戦する。</p>
	<p>★環境構成 ■子どもが遊びや睡眠、排泄などの諸活動をバランスよく展開し、食欲を育むようにする。 ■食事にふさわしいゆとりのある雰囲気環境に配慮する。 ★食前、食後の挨拶をし、食前には手洗いをし、 ★正しい姿勢で食べることや食具の使い方を知らせる。</p>	<p>■身近な動植物、また飼育・栽培物の中から保健・安全面に留意しつつ、食材につながるものを選び、積極的に食するなど、自然と食事のつながりに気付くように構成する。 ■自分でよとする気持ちを大切に、好き嫌いせず様々な味に親しみをもてるように食材の種類や彩りにも配慮する。 ★歯を磨かないと虫歯になり、食品を噛むことができなくなることや知らせ、進んで歯を磨き、歯が丈夫になる食品を食べることができるようになる。</p>	<p>■四季の変化によりいろいろな食材が収穫されることを知らせ、自然と食事のつながりに気付くように図鑑などを用意しておく。 ★七五三の由来や千歳飴を食べることを知らせ、成長を喜びながら千歳飴を味わえるように促す。 ★食べ物の種類によって便の色や形、柔らかさが異なることに気付くように知らせる。</p>	<p>■保育園でも伝統的な正月料理を食体験できるよう、献立を工夫する。 ■保育園で友達と一緒にいろいろな食体験をして、楽しくおいしい給食であったことを友達と会話しながら、成長の喜びを感じ、行事食を味わえるようにする。 ★箸の持ち方、使い方を遊びに取り入れながら、楽しく正しい持ち方が覚えられるようにする。</p>

4歳	<p>★内容 ■様々な人とのお会食を通して愛情や信頼感をもつ。 ■栽培、飼育、食事などを通して、身近な存在に親しみを持ち、全ての命を大切にすることを。 ★食生活に必要なことを、友達とともに協力して進んで関わりを深め、思いやりの気持ちをもつ。 ★自分たちで野菜を育て、食材にも旬があることを知り季節を感じる。</p>	<p>■いろいろな料理に出会い、発見を楽しみ、考えたり様々な文化に気付いたりする。 ■正しい食習慣、マナーを身に付ける。 ■自然の恵みと働くことの大切さを知り、感謝の気持ちをもって食事を楽しむ。 ★挨拶や姿勢など、気持ちよく食事をするためのマナーを身に付ける。 ★健康と食べ物の関係について関心をもち。 ★肉、魚、卵、牛乳、豆、小麦粉など身近な食材からいろいろな料理ができることを知り、自然の恵みに感謝の気持ちをもつ。</p>	<p>■準備から後片付けまでの食事作りに自ら関わり、味や盛り付けなどを考えたり、それを生活に取り入れたりしようとする。 ■食事と運動の関係を知り、意欲的に活動する。 ■食べ過ぎや好き嫌いが健康と関わりがあることに気付き、進んで内科検診を受ける。 ★よく食べてよく運動をすることが丈夫で強い体をつくることを知り、意欲的に活動する。 ★食事の過不足が健康を左右することに気付くよう、内科検診を受ける。</p>	<p>■冬に出回る旬の野菜を知り、調理の方法や料理に興味と関心をもち、 ■地域には様々な店や働く人がいることを知り、働く人に感謝の気持ちをもつ。 ■食事のマナーを身に付け、給食を食べる元気が通園できたことを喜び、進級の喜びを感じる。 ★旬の野菜を料理に取り入れると、栄養があつておいしいことを知る。 ★ごっこ遊びを通じ、働く人に感謝の気持ちをもつ。 ★食事のマナーやお互いの体の成長に気付き、進級の喜びを感じる。</p>
	<p>★環境構成 ■野菜の栽培を行えるよう土や苗等の環境を整える。 ■大人との信頼関係に支えられて、食生活等も含め自分自身の生活を確立していくことが基盤となるようにする。 ★身近な動植物に触れて共感し、命を育む自然に感謝の気持ちももてるよう、自ら関わろうとする意欲を大切に。 ★友達と楽しい雰囲気の中、正しく箸を持って食べられるように援助する。</p>	<p>■健康と食べ物の関係について関心を促すにあたっては、子どもの興味・関心を踏まえ、全職員の連携のもと、子どもの発達に応じた内容に配慮する。 ★様々な文化の違いを認め、互いに尊重する心を育てよう援助する。 ★いろいろな食材から料理ができることを知り、献立に興味、関心がもてるようにする。</p>	<p>■しっかりと三角食べができるよう、配膳図を用意し、バランスよく食べていくようにする。 ★様々な食品を食べることで食欲が増し、肥満を防ぎ、おいしく食べられることを教え、食べ物と運動の関わりに興味をもち、好き嫌いなく何でも食べ、意欲的に活動できるように知らせる。 ★偏食は心身の健康を害することに気付くよう配慮し、内科検診を受け、子どもとともに健康を喜びあう。</p>	<p>■お店屋さんごっこから、働くことの大切さと食材や食品をバランスよく買う大切さを学ぶようにする。 ■箸の持ち方や姿勢などのポスターを貼り確認できるようにする。 ★友達と一緒にいろいろな食体験をして、楽しくおいしい給食であったことを友達と会話し、成長の喜びを感じながら、行事食を味わえるよう配慮する。 ★旬の野菜は栄養価が高く、バランスよくなくても食べることで風邪の予防になることを知らせる。</p>

5歳	<p>★内容 ■身近な自然に関わり、世話をする中で、料理との関係を考え、食材に対する感覚を豊かにする。 ■三角食べを意識してバランスよく食べていく。 ★栽培を通じ、食材の成長を喜び、調理をすることで生かされることを学ぶ。 ★三角食べを意識して、主食・おかず・汁物をバランスよく食べていく。</p>	<p>■自分の体に必要な食品の種類や動きに気付き、栄養バランスを考慮した食事を取ろうとする。 ■食事にふさわしい環境を考えて、ゆとりある落ち着いた雰囲気の中で食事をする。 ★自分の健康に関心をもち必要な食品を進んで取ろうとする。 ★食品は種類によって体の中の働きに違いがあることを知る。 ★自分たちで美味しい食事の雰囲気や考え楽しく食べる工夫をする</p>	<p>■外国の人々や料理など、自分と異なる食文化に興味と関心をもち、 ■災害時は命を守るために与えられた食べ物を嫌がらず食べる。 ■友達と話をしながら、時間内で食べていく。 ★異文化の食事や行事に関心をもち、それぞれのよさを知る。 ★非常食の慣れない食べ物や嫌いな食べ物にも挑戦する。 ★楽しく食事をしながら、時計を見て決められた時間の中で食べ終わるようにする。</p>	<p>■卒業製作を作りながら、自分の体の仕組みや、食べ物の働きを知る。 ■保護者との会食を通して、愛情や信頼感をもつ。 ■食事のマナーを身に付け、小学校の給食に期待をもつ。 ★三色板やお弁当などの卒業製作を通して、体の仕組みと食べ物の働きを知り、赤・黄・緑の食べ物でバランスよく食べることの重要性を知る。 ★お別れ会の給食を通して、健康に大きく育った喜びを感じ、親への感謝の気持ちをもつ。 ■保育園で友達と一緒にいろいろな食体験をして、楽しくおいしい給食であったことを保護者と会話する機会を設ける。 ■自分の体の仕組みと食べ物の働きを伝え、バランスよく食べることの大切さを知らせながら、子どもが積極的に製作に取り組みできるように促す。 ★保育園での給食の思い出を振り返りながら、小学校への期待をもてるように配慮する。</p>
	<p>★環境構成 ■三大栄養素の分類表を掲げ、毎日の献立には何が入っているかを確かできるようにする。 ■子どもの食生活と関係の深い人々と触れ合い、自分の感情や意志を表現しながら共に食を楽しむ。 ★毎日の献立と一緒に確認することで、どんな食材に栄養があるか興味をもてるように援助する。 ★三角食べができるように声掛けを行っていく。</p>	<p>■体の仕組みに興味もてるよう、図鑑や絵本を用意する。 ★食べものは過剰に食べることや欠乏することにより、心身の健康を害することに気付くように配慮する。 ★子どもの食生活と関係の深い人々と触れ合い、自分の感情や意志を表現しながら共に食を楽しむ。 ★目で見て楽しんで、食べたくなるように彩りや盛り付けを工夫する。</p>	<p>■防災教育により災害の恐ろしさを知らせ、非常時の食事の仕方や調理の難しさ、非常食を用いた食体験を通して命と食べ物との関係を知らせる。 ■クリスマス会を待ちにするよう、食卓を飾るランチョンマットを製作する。 ★命を守るために、非常食を好き嫌いしないで食べられるように援助する。 ★楽しく会話をしながらでも時間内に食べ終わるよう声掛けをする。</p>	