

4歳児

| | | | |
|---------------------------|---|--|--|
| ねらい | <ul style="list-style-type: none"> ・友だちと一緒に食べる楽しさを感じる ・食べ方や食事のマナーを身につける | | |
| 期 | 1期 (4・5月) | 2期 (6・7・8月) | |
| 期のねらい (食に関する 子どもの姿) | <ul style="list-style-type: none"> ・新しい環境に慣れ、みんなで楽しく食べる。 ・食事のあいさつをする。 ・食事のマナーを身につける。 | <ul style="list-style-type: none"> ・いろいろな食材に興味や関心を持つ。 ・いろいろな味がわかり、おいしく食べる。 | |
| 連携 | 保育 | <ul style="list-style-type: none"> ・食事の前には手を洗い、みんなで食前・食後のあいさつをするよう促す。 ・正しい手の洗い方を指導する。 ・落ち着いた雰囲気の中で食事ができるよう配慮する。 ・食事のマナー（箸・食器の正しい持ち方・食べ方・姿勢）の大切さを伝える。 ・主食・主菜・副菜を交互に食べるよう言葉かけをする。 | <ul style="list-style-type: none"> ・食事当番の簡単な活動を取り入れる。 ・苦手なものでも少しずつ食べられるよう言葉かけをする。 ・献立名に興味を持たせる。 ・食材の名前や形を知らせる。 ・食材の3色グループ分けを知らせる。 |
| | 栄養士 | <ul style="list-style-type: none"> ・行事食の意味を簡単に知らせる。 ・歯磨きの習慣が身についているか確かめをする。 | <ul style="list-style-type: none"> ・栽培した夏野菜の生長を楽しめる環境づくりをする。 ・正しい歯のみがき方を指導する。 |
| | 調理 | <ul style="list-style-type: none"> ・食べやすいように調理を工夫する。（切り方・盛り付け） ・薄味で調理する。 ・色どりを考える。 ・噛みごたえがあるように調理を工夫する。 | <ul style="list-style-type: none"> ・夏の味覚を取り入れた献立を作成する。 ・水分の補給に配慮する。 |
| 家庭や地域への働きかけ | <ul style="list-style-type: none"> ・家族そろって食べる大切さを知らせる。 ・朝ごはんを食べて登園するよう働きかける。 ・1日3食とおやつ（時間・量・質）のあり方を知らせる。 ・栄養バランスの良い食事や薄味料理をすすめる。（主食・主菜・副菜の組み合わせ） ・正しい食具の持ち方、使い方、食べ方を知らせる。 ・簡単な食事のマナーを家庭で躾けるように働きかける。 ・行事食を取り入れるようにすすめる。（食文化の伝承） ・旬の食べ物を味わうようにすすめる。 ・毎月献立表を配布する。 ・2か月に1回、食育だよりを配布する。 | | |
| こども課 事業 | <ul style="list-style-type: none"> ・給食参観等で食事量を知らせ、マナーが身に付くよう実態を通して啓発する。 ・嫌いなものが食べられたときは家庭に知らせ、一緒に喜ぶ。 ・夏バテ予防 | | |

| 3期 (9・10・11・12月) | 4期 (1・2・3月) |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> ・主食・主菜・副菜を知る。 | |
| <ul style="list-style-type: none"> ・料理を作ってくれた人に感謝の気持ちを持つよう促す。 | |
| <ul style="list-style-type: none"> ・いろいろな食べ物が体に必要であることを、絵本や紙芝居で楽しく知らせる。 | <ul style="list-style-type: none"> ・食習慣やマナーの見直し・改善を図る。 |
| <ul style="list-style-type: none"> ・秋の味覚を取り入れた献立を作成する。 | <ul style="list-style-type: none"> ・冬の味覚を取り入れた献立を作成する。 |
| <ul style="list-style-type: none"> ・簡単な手伝いをさせるよう働きかける。 ・寒さに負けない体作り | <ul style="list-style-type: none"> ・風邪の予防 |