

保育園食育推進計画

梶山女学園食育推進基本指針を踏まえ、保育園における食育に関する全体計画・年間計画を次の通り定める。

1. 指導の目標

1) 健康を守り育てる「食」

生活リズムが整っている(早寝早起き、排便など)
朝・昼・夕の3食を規則正しく、進んで、よく噛んで食べる
いろいろな食べ物を進んで食べる
大人と一緒に簡単な調理を楽しむ
手洗いなど衛生面に気をつける

2) 豊かなこころをはぐくむ「食」

家族や友達、保育士等と一緒に食事を楽しむ
食事の挨拶をする
食事に合った食具を使って食べようとする
いろいろな食べ物があることを知っている
旬の食べ物、地元の産物、郷土食、行事食を楽しむ
自然の恵み、命あるものの存在に気づく
食べ物や作った人への感謝の気持ちをもっている・食べ物を大切にする

3) 環境にやさしい「食」

食べ物を残さずに食べようとする
食材、エネルギー、水を大切にする

2. 年間計画

1) 全体の目標

- ・食を通じて、健康な心と体を育てる
- ・食を通じて、他の人々と食べる楽しさを知り、人と関わる力を養う
- ・食を通じて、食材に関心を持つ力を養う

2) 各学年の年間計画

別紙①～③のとおり

保育園食育年間計画

別紙①

0歳児（りんご組）

梶山女学園食育推進基本指針		1期	2期	3期	4期
健康	生活リズムが整っている 朝・昼・夕の3食を規則正しく、 進んで、よく噛んで食べる	・保育士等との信頼関係の下、空腹感の訴えを受け止めてもらい、優しく見守られながらミルクを飲んだり食事をしたりする ・咀嚼を促され噛むことを意識できるようにする			
	いろいろな食べ物を進んで食べる	・一人一人の発育発達状態(アレルギー含む)を把握し家庭と連携をとる ・いろいろな食材に慣れる			
	保育士等と一緒に簡単な調理を楽しむ 手洗いなど衛生面に気をつける	・食事前後に顔や手を拭いてもらい、きれいになった快さを感じる ・保育士等と一緒に食事前の手洗いをする			
こころ	家族や友達などと一緒に食事を楽しむ	・ゆったりとした雰囲気の中で食べる楽しさを味わう			
	食事の挨拶をする 食事に合った食具を使って食べようとする	・保育士等と一緒に「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶をする ・こぼしながらも、食具を使って自分で食べようとする			
	いろいろな食べ物があることを知っている 旬の食べ物、地元の産物、郷土食、行事食を楽しむ	・様々な食材を「見る」「触る」「味わう」経験をする			
	自然の恵み、命あるものの存在に気づく 食べ物や作った人への感謝の気持ちを持ち食べ物を大切にする	・保育士等や友達と一緒に楽しい雰囲気の中で食べることで、食べ物への親しみを感じる			
環境	食べ物を残さずに食べようとする 食材、エネルギー、水を大切にする	・様々な食材を「見る」「触る」「味わう」経験を通して食べることに興味・関心を持つ			

保育園食育年間計画

別紙②

1 歳児（みかん組）

梶山女学園食育推進基本指針		1期	2期	3期	4期
健康	生活リズムが整っている 朝・昼・夕の3食を規則正しく、 進んで、よく噛んで食べる	・お腹が空くりズムを大切にし、食べることに興味を持ち食事の時間を楽しみにする → ・咀嚼を促され、よく噛んで食べようとする →			
	いろいろな食べ物を進んで食べる	・みんなで食べる楽しさを知り、保育士等や友達と一緒に → - 食べようとする ・いろいろな食材や食品、調理形態に慣れる →			
	保育士等と一緒に簡単な調理を楽しむ 手洗いなど衛生面に気をつける	・保育士等と一緒に食事前の手洗 → - いをする ・自分のエプロンがわかり、自らエプロンを着けよしたり、 → - 口を拭いたりする ・使ったエプロンを自分の通園カバ → - ンに入れる			
こころ	家族や友達などと一緒に食事を楽 しむ	・楽しい雰囲気の中で、自分で食べようとする気持ちを持つ →			
	食事の挨拶をする 食事に合った食具を使って食べよ うとする	・保育士等と一緒に食事の挨拶を → - しようとする ・保育士等と一緒に食事の挨拶をする → ・保育士等に促され正しい姿勢で食べようとする → ・3本指を使って、食具を下から持つ → - て食べる			
	いろいろな食べ物があることを 知っている 旬の食べ物、地元の産物、郷土 食、行事食を楽しむ	・旬の野菜や魚などの美味しさを知る →			
環境	自然の恵み、命あるものの存在に 気づく 食べ物や作った人への感謝の気持 ちを持ち食べ物を大切にする	・保育士等や友達と一緒に楽しい雰囲気の中で食べることで、食べ物への親しみを感じる →			
	食べ物を残さずに食べようとする 食材、エネルギー、水を大切にす る	・様々な食材を「見る」「触る」「味わう」経験を通して食べること → ・苦手なものも量を減らしてもらったり、励まされながら食べようと する			

保育園食育年間計画

別紙③

2歳児（ぶどう組）

梶山女学園食育推進基本指針		1期	2期	3期	4期
健康	生活リズムが整っている 朝・昼・夕の3食を規則正しく、 進んで、よく噛んで食べる	・お腹が空くりズムを大切にし、食事の時間を楽しみにする ・よく噛んで食べる			
	いろいろな食べ物を進んで食べる	・いろいろな食材や食品、調理形態に慣れる ・よく噛んで味わい、いろいろな食べ物を進んで食べられるようになる			
	大人と一緒に簡単な調理を楽しむ 手洗いなど衛生面に気をつける	・食事前の手洗いをする ・自らエプロンをつけたり、手や口を拭いたりし、使ったエプロンを自分の通園カバンに入れる ・こぼさず自分で食べようとする ・食後は自分で手や口を清潔にする			
こころ	家族や友達などと一緒に食事を楽しむ	・落ち着いた雰囲気の中で、給食やおやつを食べる			
	食事の挨拶をする 食事に合った食具を使って食べようとする	・保育士等に促され、食前食後の挨拶をする ・食前食後の挨拶が身につく ・お茶碗に手を添えたり椅子に正しい姿勢で座るなど簡単な食事のマナーを知り、自分で食べる			
	いろいろな食べ物があることを知っている 旬の食べ物、地元の産物、郷土食、行事食を楽しむ	・旬の食材や行事食があることを知り、興味をもって食べることを楽しむ			
	自然の恵み、命あるものの存在に気づく 食べ物や作った人への感謝の気持ちを持ち食べ物を大切にする	・野菜の栽培や収穫を通し、食材に興味を持つ ・収穫したものを保育士等と一緒に調理し、味わう ・保育士等や友達と一緒に楽しい雰囲気の中で食べることで、食べ物への親しみを感じる			
環境	食べ物を残さずに食べようとする 食材、エネルギー、水を大切にする	・苦手なものも量を減らしてもらったり、励まされながら食べようとする ・苦手なものも少しずつ食べる			