

梶山こども園食育年間計画

【0歳児】ひよこ組

梶山女学園食育推進基本方針			1期	2期	3期	4期
健康を守り育てる「食」	規則正しい食	・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	・保育教諭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			
	バランスがとれた食	・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			
	安全な食	・保育教諭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 ・保育教諭等と一緒に食事前の手洗いをする			
豊かなこころをはぐくむ「食」	家族や友達などと楽しくいただく食	・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			
	正しいマナーでいただく食	・食事のあいさつをする ・食事に合った食具を使って食べようとする	・保育教諭等と一緒に「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			
	文化を大切にする食	・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			
	感謝していただく食	・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ち食べ物を大切にする	・保育教諭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			
環境にやさしい「食」	環境と調和した食	・食べ物を残さず食べようとする ・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			

梶山こども園食育年間計画

【1歳児】りす組

梶山女学園食育推進基本方針			1 期	2 期	3 期	4 期
健康を守り育てる「食」	規則正しい食	・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	・お腹が空くリズムを大切にし、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 ・みんなで食べる楽しさを知り、保育教諭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 ・保育教諭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、自らエプロンをつけようとしたり、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		
	バランスがとれた食	・いろいろな食べ物を進んで食べる				
	安全な食	・保育教諭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				
豊かなこころをはぐくむ「食」	家族や友達などと楽しくいただく食	・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	・保育教諭等と一緒に食事の挨拶をする ・保育教諭等に促され正しい姿勢で食べようとする ・3本の指を使って、食具を下から持って食べる		
	正しいマナーでいただく食	・食事のあいさつをする ・食事に合った食具を使って食べようとする	・保育教諭等と一緒に食事の挨拶をしようとする			
	文化を大切にする食	・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			
	感謝していただく食	・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	・保育教諭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ずる			
環境にやさしい「食」	環境と調和した食	・食べ物を残さず食べようとする ・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 ・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			

梶山こども園食育年間計画

【2歳児】うさぎ組

梶山女学園食育推進基本方針			1期	2期	3期	4期
健康を守り育てる「食」	規則正しい食	・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 ・いろいろな食材や食品、調理形態に慣れる ・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	・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 ・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		
	バランスがとれた食	・いろいろな食べ物を進んで食べる				
	安全な食	・保育教諭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				
豊かなこころをはぐくむ「食」	家族や友達などと楽しくいただく食	・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 ・保育教諭等に促され、食前食後の挨拶をする ・旬の食材や行事食があることを知り、興味を持って食べることを楽しむ ・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教諭等と一緒に調理し、味わう ・保育教諭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を感じる	・食前食後の挨拶が身につく		
	正しいマナーでいただく食	・食事のあいさつをする ・食事に合った食具で食べようとする				
	文化を大切にする食	・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				
	感謝していただく食	・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ち食べ物を大切にする				
環境にやさしい「食」	環境と調和した食	・食べ物を残さず食べようとする ・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			

梶山こども園食育年間計画

【3歳児】こあら組

梶山女学園食育推進基本方針			1 期	2 期	3 期	4 期
健康を守り育てる「食」	規則正しい食	・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	・こども園における生活のリズムを知る ・よく噛んで食べる ・自分で食事をしようとする	・健康な生活リズムを身につける ・苦手なものや食べたことないものを食べてみようとする ・手洗いうがいを自分でしようとする	・自分で食事をする ・手洗いうがいを自分でする	・自分で食事をする
	バランスがとれた食	・好き嫌いなくバランスよく食べる ・間食(おやつ)を上手にとる ・食べたものが体にどのように働くかを知っている				
	安全な食	・調理に興味がある・簡単な調理ができる ・手洗いなど衛生面に気をつける				
豊かなこころをはぐくむ「食」	家族や友達などと楽しくいただく食	・家族や友達などと一緒に食事を楽しむ	・保育教諭等や友達と一緒に食べる ・収穫したものを保育教諭等と一緒に調理し味わう ・食前食後の挨拶ができる ・姿勢よく食べようとする ・旬の食べ物、行事食を楽しむ	・保育教諭等や友達と一緒に楽しい雰囲気の中で食べる ・こぼさずに食べようとし、こぼしたら拾う ・スプーン、フォーク、箸を使って自分で食べる	・保育教諭等や友達と一緒に食べることを喜ぶ ・箸に興味を持ち、箸を使って食べようとする ・食べ物や作った人に感謝の気持ちを持つ	
	正しいマナーでいただく食	・正しいマナーを実践できる ・食事に合った食具を使って食べようとする				
	文化を大切にする食	・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				
	感謝していただく食	・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				
環境にやさしい「食」	環境と調和した食	・食べ物を残さず食べる	・残さず食べようとする ・身近なものを大切にする			
		・食材、エネルギー、水を大切にする				

梶山こども園食育年間計画

【4 歳児】 きりん組

梶山女学園食育推進基本方針			1 期	2 期	3 期	4 期
健康を 守り育 てる 「食」	規則正しい食	・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	・こども園における生活のリズムを 身につける	・規則正しい生活のリズムを身につける ・健康な生活に必要な活動をする		
	バランスがとれた食	・好き嫌いなくバランスよく食べる ・間食(おやつ)を上手にとる ・食べたものが体にどのように 働くかを知っている	・よく噛んで食べる ・自分で食事をする	・苦手なものや食べたことないものを食べてみようとする	・好き嫌いなくバランスよく食べる ・食べ物は口から食べて消化され、 便となって体外へ排出されることを知る	
	安全な食	・調理に興味がある・簡単な調理ができる ・手洗いなど衛生面に気をつける	・調理に必要な器具や、その正しい使い方を知る ・手洗いうがいを自分でする	・手洗いうがいを進んでする	・自分の健康に関心を持ち、病気の 予防などに必要な活動をする	
豊か なこ ころ を は ぐ く む 「食」	家族や友達などと 楽しくいただく食	・家族や友達などと一緒に食事を楽しむ	・保育教諭等や友達と一緒に食べることを喜ぶ ・野菜を育て、食べ物への興味・関心を持つ ・野菜を育てることで食べ物への親しみを感じて食べる ・自分たちで植えた野菜の世話をし、生長に気づき喜ぶ			
	正しいマナーでいただく食	・正しいマナーを実践できる ・食事に合った食具を使って食べようとする	・食前食後の挨拶ができる ・こぼさずに食べ、こぼしたら拾う ・姿勢よく食べようとする	・食前食後の挨拶を進んでする	・ごはんとおかずを交代でバランスよく食べようとする	・箸を使って食べる
	文化を大切にする食	・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	・旬の食べ物、行事食を楽しむ			
	感謝していただく食	・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	・食べ物や作った人に感謝の気持ちを持つ			
環 境 に やさ しい 「食」	環境と調和した食	・食べ物を残さず食べる ・食材、エネルギー、水を大切にする	・残さず食べようとする	・残さず食べる		
			・身近なものを大切にする	・身近なものや資源を大切にする		

梶山こども園食育年間計画

【5歳児】ぞう組

梶山女学園食育推進基本方針			1期	2期	3期	4期
健康を守り育てる「食」	規則正しい食	・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	・規則正しい生活のリズムを身につける ・健康な生活に必要な活動をする ・よく噛んで食べる ・自分で食事をする	・規則正しい生活をすすんでする ・健康に必要な活動を進んで行う		
	バランスがとれた食	・好き嫌いなくバランスよく食べる ・間食(おやつ)を上手にとる ・食べたものが体にどのように働くかを知っている	・好き嫌いなくバランスよく食べる ・食品は種類によって体の中で働きの違いがあることを知る			
	安全な食	・調理に興味がある・簡単な調理ができる ・手洗いなど衛生面に気をつける	・調理器具の正しい使い方を知り、約束を守って使う ・自分の健康に関心を持ち、病気の予防などに必要な活動をする	・病気の予防に必要な活動に気付き進んで行う		
豊かなこころをはぐくむ「食」	家族や友達などと楽しくいただく食	・家族や友達などと一緒に食事を楽しむ	・友達と一緒に生活する楽しさや喜びを感じて過ごす ・野菜を育て調理することで、食べる喜び・楽しさを感じ、食べ物への興味や関心を持ち、自ら進んで食べようとする ・食べたいものをクラスで相談し、その計画に基づいた野菜を栽培し収穫を喜ぶ			
	正しいマナーでいただく食	・正しいマナーを実践できる ・食事に合った食具を使って食べようとする	・食事の挨拶や姿勢など、気持ちよく食事をするためのマナーを身につける ・箸を使って食べる			
	文化を大切にする食	・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	・様々な食文化にふれたり、食生活の成り立ちを体験する			
	感謝していただく食	・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	・自然の恵み、命あるものの存在に気づく ・食べ物を大切にしたり、感謝の気持ちを持つ			
環境にやさしい「食」	環境と調和した食	・食べ物を残さず食べる ・食材、エネルギー、水を大切にする	・残さず食べる ・身近なものや資源を大切にする			