令和元年度食育計画

食育活動目標

～『食べる意欲＝生きる意欲』を育てる～

［園での取り組み］

◎生きていることが食育。全職員「毎日が食育」を心に留めた保育をする。
◎職員は落ち着いた雰囲気を心掛け、子どものお手本であることを忘れない。
◎食事に関する家庭からの相談には、保育士だけではなく給食担当者も応対する。
◎子どもの食事に関する楽しみや会話を大切にする。
◎食事（給食）の場を楽しくし、食事が嫌にならないよう配慮する。
◎「いただきます」「おごちそうさま」がちゃんと言えることで、感謝の気持ちを持つ。
◎家族との連携を大切にし、子どもの発育を考える。
◎毎月のお誕生会を食育Dayとし、保育内容と給食内容を関連付ける。
（子どもに楽しみを作る）
◎クッキング保育の実施
- 年長児…一日クッキングを通して、作る楽しさ、食べる喜び、ふるまう嬉しさを感じる。
- 年中・年少・未満児…お兄さん・お姉さんが作ってくれたものを味わう喜び、皆で食べる喜び そして感謝の気持ちを持つ。

◎食育参観＆親子給食会を行う。
◎年長児 給食室見学を行う。
◎ランチルームで食事をする。
- 毎日のメニュー掲示。
- 子ども自ら食に対する興味や関心を持つ。
- その日に使う食材の展示。
- 食事のマナーを学ぶ。

◎園玄関に「本日のメニュー」を展示し、材料や調理法等を紹介し
保護者の方に関心を持ってもらう。
◎手づかみ食べ→スプーン→箸へとスムーズに移行していけるよう保育者との連携を図る。
◎恵まれた環境を大事にして、外遊びや散歩をすることで空腹を感じる。

［献立表・調理上の留意点］

◎未満児は、子どもそれぞれの成長に合わせて、保育士と話し合い
食品の種類・量・大きさ・堅さを考える。
◎発育に応じて離乳食を作る（家庭との連携をとる）
◎アレルギーのある子に対しては、診断書（指示書）をもとに保護者と話し合い安全に重々気をつける。
◎郷土料理や旬の食材を取り入れ、季節感や文化を知るメニュー作りをする。
◎多様な味の体験が出来るよう幅広い種類の食材を取り入れる。
◎体にやさしい給食を目指す。　◎手づかみ食べ、咀しゃくを大切に考える。
◎昆布、削り節、いりこ、椎茸等の天然素材のダシを使い、
化学調味料などの添加物を使わない安心・安全な献立作りを心掛ける。
◎おやつは、なるべく手作りをする。