


地域における健康食生活・食育推進の取組事例

広域本部又は地域振興局名	県北広域本部
取組団体等名	泗水東保育園
取組の名称	泗水東保育園の食育活動～おいしく楽しく食べる子どもに育てる～
実施時期	年間
取組内容	<p>【食育活動を通して小学校までに身につけておきたいこと】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 正しい手洗いの方法を知る 2. 台拭きを絞ることができる 3. エプロンが自分で着脱できる 4. 配膳ができる 5. スプーンや箸を正しく持てる 6. 好き嫌いなく、時間内に食べる 7. 食事中に席を立たない 8. 仲良く、感謝して食べる 9. 食器の片付けができる <p>“卒園するまでに一人でみそ汁作りができる”を目標に、小学校までに身につけておきたい能力の習得に向けて発育・発達状況に応じた食育活動に取り組んでいます。</p> <ul style="list-style-type: none"> ●0 歳児：口腔機能、全身運動の発達を見定めて離乳食の開始。手づかみ食べやスプーンを使ってみそ汁の味に親しむ。 ●1 歳児：保育者や友達と一緒に食事を楽しむ。野菜ちぎり等自分でできるクッキングに取り組み達成感を味わう。 ●2 歳児：保育者の援助の下でクッキングの身支度をする。食材の名前を覚えたり、苦手な食べ物も食べてみる。 ●3 歳児：自分たちが食べる野菜を育てることで、食べる意欲を育てる。ナイフを使って簡単な食材を切るようにする。 ●4 歳児：食べ物と身体の関係、包丁の正しい使い方を知り、協力してクッキングができるようにする。 ●5 歳児：食事のマナーを身につけ、食文化や郷土料理に親しみを持つ。ご飯の炊き方を知り、みそ汁が作れるようになる。食事行動の自立と社会の一員としての自律。 <div style="text-align: center;"> <p>みそ汁作りの過程</p>  </div>