

9. 食育計画

豊中市食育計画　一食育を進めていくにあたって、大切にしたいことー テーマ：　生きる意欲を持ち、自分の体を大切に子ども							
	0歳児	1歳児	2歳児	3歳児	4歳児	5歳児	活動例
（食への意欲・興味・関心） 食べるって楽しい	・味がわかって、好き嫌いがはっきりしてくる　・友達や大人の支えで苦手なものも食べてみようとする　→　いろいろなメニュー、食材を楽しんで味わう ・大人に食べさせてもらうことで、食べ物におう、触るなど五感で感じる（いろいろな味を知る） ・料理の名前を知る ・自分で（手づかみ→スプーンやフォークを使って）食べることがうれしいと感じる　→　お箸で食べることがうれしいと感じる→料理の仕方や食材によっていろいろな用具を使って食べる ・季節の物を食べる経験をする（旬の物を食べる）　→　季節を感じる ・大人と一緒にゆったりとした雰囲気の中で楽しんで食べる　→　楽しい雰囲気の中でよく噛んでゆっくり食べることが心地よいとわかる　→　次の活動への見通しを持って食事する→　一定の時間で食べるよう意識する ・グループなど少人数で一緒に食べる　→　友達の好き嫌いなど知り合う（アレルギーのある友達の食材なども） ・大人に量を調節してもらい、おかわりやお皿が空っぽになることが楽しくなる　→　自分の食べられる量がわかってくる ・もっと食べたい、こんなものが食べたいという思いを持つ						・遠足 ・会食パーティー ・バイキング方式で食べる ・ランチルーム
	（五感を通してのおもしろい経験） 作るっておもしろい	菜園活動	・畑やプランターで身近な野菜の栽培をする （大人が世話をすると、収穫するところを見たり、触ってみたりする）→　（水をあげたり、草を抜いたり栽培を手伝う） ・収穫する ・畑の準備、片付けなどを手伝い土に触れる ・その時期に何を植えるのかを知る ・収穫後、種を作って、その種を使って栽培する ・野菜や花の色の変化や形の変化に気づく（観察する）				
クッキング		・調理の下準備の手伝いをする（豆をさやから出す、玉ねぎの皮むきなど） ・畑で栽培したものを食べる ・畑ですでたものを大人に調理してもらって食べる ・自分達で皮をむいたり切ったり、調理して食べる ・食材に興味を持つ（見る・触るなど経験する）　・伝統的な食べ物、いろいろな地域や国の食文化に触れる （食材、メニュー、食べ方、由来、意味などを知る） ・作ってくれる人への感謝の気持ちを持つ（肉や野菜などがどのように作られているかを知る）					
（命の尊さ・生き切る力） 命	・泣くことでおなかがすいたことが伝わり、ミルクや食事などを通して　大人に命を大切にしてもらう経験をする。 ・おなかがすくということがわかる ・植物だけでなく、動物の命をいただいていることを知り大切に食べようとする ・野菜の収穫体験など命をいただいていることを保育教諭から知らせてもらう　→　自分達で野菜を育て命をいただいていることを知る ・作物が枯れること、動物や虫などに食べられることなど知っていく ・自分の食べられる量を大人に調整してもらって知る　→　自分で食べられる量がわかって残さず食べる ・身体に必要な栄養を取るために食べることがわかり、食べる （食べ物の3つの食品群を理解し、バランスよく食べようとする） ・大人が必要な清潔習慣（手洗いなど）を知らせ、一緒にする　→　なぜ必要かがわかって、自分から手洗いに行くなどする ・規則正しい睡眠や食事が体にとって必要なことがわかる						・「手で食べる？」「命をいただく」などの絵本 ・菜園活動、動物や昆虫の飼育など
	留意点	＊いろいろな国の文化や地域性などを大切にして、宗教食などについても意識しておく　＊食物アレルギーのある子どももいることを考えておく （必要があれば、子ども達にも知らせていく） ＊楽しい食事を支えるために必要なマナーなどについても意識して取り組む					

2026年度年間業務計画

小曾根【こども園】

				係	副園長	園長
	1期(4月～6月)	2期(7月～9月)	3期(10月～12月)	4期(1月～3月)		
食育	給食・おやつ の 展示・レシピの提供 菜園活動で収穫した野菜のクッキング アレルギーM・離乳食M(食の安全) きりん組カレー作り 給食の食材の下準備(皮むき等)	夏野菜の収穫・クッキング きりん組カレー作り	お芋ほり 秋野菜の収穫・クッキング おもちつき ご飯炊き	春の七草の紹介・展示 保健の先生とコラボして食育実施(食育絵本の読み聞かせの後、クイズを行う) 大豆の紹介(ポスターの掲示、製品の紹介)		
評価・反省	綿りに親子で給食の話をしている姿がみられた。 きりん組カレー作りに向けて野菜の皮むく練習や切る練習をする予定だったが感染症が流行った為実施できなかった。 各クラス植えた野菜を収穫し、クラスごとにクッキングを行った。					
環境整備	施設内外の安全点検 樹木の剪定・落ち葉の清掃・草抜き 畑づくり ゴキブリ駆除 プール清掃 玄関周りのガーデニング・水やり	ワックスがけ・網戸修繕	春先の花の植付け(修了式・入園式用) プール裏休憩室裏の草刈り	玄関周りの花壇準備・修了式の花の準備 花壇・プランターの手入れ(新年度用)		
評価・反省	夏に向けて花の種まきや苗を植えた。 少しではあるが草抜きや樹木の剪定をおこなった。気温が高いため枯れる物もあった。					
地域支援	給食・おやつ の 展示・レシピの提供 地域に来られた方の食の相談。		おやつ講座(親子クッキング)	離乳食の紹介(離乳食の始め方・作り方・献立の紹介)		
評価・反省	給食のレシピを給食の展示の横に置いた。親子で給食の話をしている姿がみられた。 地域に来られている方に職についての相談やレシピの説明等を行った。					

A3で印刷

※(注)環境整備には循環型環境を含みます