

保育計画成果報告書

法人名等	社会福祉法人ふたばの森
施設名	双葉こどもの園
報告者（役職）	圓谷 典子（事務長）
住所・連絡先	福島県須賀川市新町169番地
	☎ 0248-76-0606 E-mail futabanomori@trinity-net.ne.jp

○タイトル（保育計画）

『食』で育むところとからだ

○主な助成備品

汁椀・皿・マグカップ

1. 保育計画策定の目的

このところの子どもたちを見ていて感じるのは、「食」の重要性です。

好き嫌い・小食・食べることにに対する意欲の欠如・遊び食い等、食に関する問題を感じることが本当に増えてきました。

園での食育活動を通して子どもたちに食事についてのマナー・バランスのとれた食事の大切さなどを伝えていく中で、子どもたちが豊かな心と健康な体を育んでくれることを願って、この保育計画をたてました。

2. 具体的な実施内容

◎ 栄養士による食育の実施（3・4・5歳児）

当園では赤・黄・緑・白の「げんきッズ」というキャラクターを使って、バランスのとれた食事について子どもたちに伝えています。今回は、

- ① 食事のマナーについて知ろう
- ② バランスを考えながら給食の材料を決めてみよう

の2つのテーマで行いました。



【食事のマナーについて知ろう】



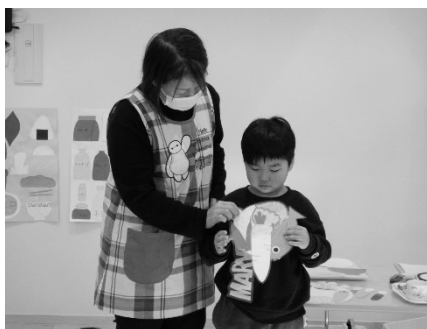
- ① あいさつをきちんとしよう（食材への感謝・作ってくれた方への感謝）
- ② 食器の並べ方を知ろう（主食・主菜・副菜・汁物をどう並べたらいいかな？）
- ③ 楽しく食べよう（みんなで楽しく食べるには、どんなことに気を付けたらいい？）
- ④ 後片づけをしよう（片づけのしかたを思い出して考えよう）

というような内容で、いただいた食器を使用しながら子どもたちと話をしました。

【バランスを考えながら給食の材料を決めてみよう】



翌日の給食について、ひつじ組は主菜・きりん組は副菜・ぱんだ組は汁物に使う材料とそれに使用する調味料をそれぞれのクラスの子どもたちが考えました。



その結果できた献立は、ピーマンの肉詰め（主菜）・ツナと野菜のマヨネーズ和え（副菜）・なめこと野菜のスープ（汁物）・ご飯という内容でした。

普段の給食を思い出しながら、自分たちが食べたいものには何が使われているのか考えたのでしょ。次の日の給食は、もちろん子どもたちみんな大満足でした。

◎給食の準備や後片づけ、自分たちでできることはやってみよう（3・4・5歳児）

①自分の分は自分で運ぼう

トレーに主食・主菜・副菜・汁物を自分で取って運びます。その際、年齢によって量が違うので、器を変えて子どもたちが自分取るものはどれか分かるようにしました。

初めから全部の器を持っていくのは難しいので、様子を見ながら持っていく器も増やしていきました

また、トレーの上に並べた器が正しい位置にあるかどうか、器を落とす心配はないかなどを保育士がよく見て、必要に応じてサポートするようにしました。

②後片づけをしよう

食べ終わった器を大きなトレーが置いてあるテーブルまで自分で運び、その器ごとに重ねます。その際、お皿は5枚・マグカップは2個というように、重ねる数を決めました。また、どの様に並べたら綺麗か、次の人が置きやすいかなどを子どもたちが考えるように言葉かけをしました。

◎食事を楽しもう（全園児）

新しい器に盛られた昼食やおやつを友だちと一緒に食べることを楽しむ中で、口の中に物を入れたまま話さない・お箸やフォークを振り回したり、お皿を叩いたりしないなどの食事のマナーも伝えていきました。



3. その成果と評価

食育活動を続けてきたことで、子どもたちがバランスのとれた食事について少しずつわかってきたようです。好き嫌いがある子が、以前は一切食べなかったものを自分から食べ

るようになったり、おかわりをする子が増えてきたり、成果が出ているのかなと感じます。

また、当初はトレーに器を載せてゆっくりゆっくり歩いていた子が、危なげなく歩き運んでいる姿を見ると、経験・体験の必要性和大切さを改めて感じています。

大人でも新しいものは嬉しく感じますが、子どもはもっと正直です。今回いただいた新しい食器にもすぐに気づき「かわい〜」と喜んでいました。器を変える、そしてそれをどのように活用できるかを考える。私たち職員にとっても、保育を振り返るとても良い機会をいただいたと思っています。

4. 今後の課題と展望

食育活動を子どもたちだけでなく保護者の皆さんにも広げていきたいと考えています。「げんきッズ」について保護者の皆さんにもよく知っていただき、子どもの口から様々なことを伝えていくという形を確立できたら、子どもと保護者・園と家庭のコミュニケーションにもよい影響があるのではないかと期待しています。

また、保護者の方から時々聞かれる「家では食べないんです」の言葉。

給食では食べるのに家庭では食べないという現象も、この食育活動を続けることで克服していけたらと思います。

以上