札幌市公立保育園における

食育年間計画

令和6年(2024年)3月 西区保育・子育て支援センター

令和6年度(2024年度) 札幌市公立保育園食育年間計画

1. 食育目標

健康な生活の基本としての「食を営む力」の育成に向け、その基礎を培う。

2. 年齢ごとに食育目標

年齢別に食育年間計画を作成するにあたり、年齢ごとの食育目標を作成した。

O歳児	~授乳のリズムを確立し、発達に応じて離乳食を進め、食べる機能を獲得する~
	・安定した人間関係の中で、乳を吸い、心地よい生活を送れるようにする。
	・離乳食を進め、食べ物への関心と食べたいという意欲を育てる。
1 歳児	~食べる意欲と生活のリズムを整える~
	・様々な食感や味に触れ、自分で食べたいという意欲と生活のリズムを整える。
	・手づかみ食べから徐々に食具食べに移行する。
2 歳児	~食事を五感で味わい、自分で食べる意欲をもつ~
	・食べる楽しさを知る。
	・様々な食材や味付けを知る。
	・食事に必要な基本的習慣に関心をもち、自分でしようとする。
3 歳児	~食べ物への関心を深め、友達と楽しく食べる~
	・集団で食べる喜びや楽しさを味わう。
	・様々な食べ物を味わいながら、楽しく食べる。
	・食べ物に関心をもち、名前を覚える。
	・食事のマナーを知る。
	・スプーンフォークを使って一人でこぼさず食べる。
4 歳児	~苦手な食べ物を徐々に克服し、食事のマナーを守って楽しく食べる~
	・友達と会話をしながら楽しく食べる。
	・食事のマナーの大切さに気付き、友達と気持ちよく食べる。
	・様々な食材と栄養について関心をもち、苦手な食材も食べてみようとする。
	・自分の食べられる量を知る。
	・はしに関心をもつ。
5 歳児	~食物と身体の関係について知り、感謝の気持ちをもつ~
	・食事のマナーを理解し、友達と楽しく食べる。
	・食事に関わる人や食材の命をいただくことに感謝する。
	・食事と身体の関係に関心をもち、栄養のバランスの大切さを知る。
	・食べられる適量が分かり、時間に見通しをもって食べることができる。
	・はしを使って食べることに慣れる。

3. 年齢別の食育年間計画の構成

< 0歳児>

個々の発達に合わせた関わりの下、食べる機能を適切な時期に獲得するため、離乳食を 段階的に進めることができるよう、離乳食の期ごとに分けた。

< 1歳児>

目と手と口の協応動作の発達を促すために手づかみ食べを十分にさせたうえで食具食べへと徐々に移行し、自分の一口量を把握してよく噛んで食べることができるよう、3か月区切りとした。

く2歳児以上>

期ごとに食育の5項目をねらいとし、年齢別に作成した。

【食と健康】

食を通じて、健康な心と身体を育て、自ら健康で安全な生活をつくり出す力を養う。

【食と人間関係】

食を通じて、他の人々と親しみ支え合うために、自立心を育て、人と関わる力を養う。

【食と文化】

食を通じて、人々が築き、継承してきた様々な文化を理解し、つくり出す力を養う。

【いのちの育ちと食】

食を通じて、自らも含めた全てのいのちを大切にする力を養う。

【料理と食】

食を通じて、素材に目を向け、素材に関わり、素材を調理することに関心をもつ力を養う。

食育年間計画(〇歳児)〜授乳のリズムを確立し、発達に応じて離乳食を進め、食べる機能を獲得する〜

又 门		~授乳のリズムを確立し、発:	圧に心して触れ及で延め、 及	***る版化で授付する**
	5か月未満	5~6か月頃	7~8か月頃	9~11 か月頃
_		乳食を喜んで食べ、心地よい	・生活リズムを整え、喜んで 離乳食を食べる	・様々な食べ物を見て、触れて、味わう経験を通して、自ら進んで食べようとする。
	がら、ゆったりとミルク (母乳)を飲む。 ・心地よい環境の中で、よ く眠る。 ・授乳してくれる人に関心 をもつ。	ら、ゆったりとミルク(母乳) を飲む。 ・離乳食を開始する。 ・ミルク(母乳)以外の味に慣	・舌を上下に動かし、上あご で食べ物を押しつぶして飲み 込む。 ・スプーンからスープなどを 飲む。	・舌を前後、上下、左右に動かして、歯ぐきですり潰して食べる。 ・手づかみで食べようとする。 ・介助されながらコップなどから直接飲む。
	が、生きていくことの欲求 の表出につながることを踏	・個々に合った椅子とテーブ ルを使用する	発達に応じて食品の種類、 量、大きさ、固さなどの調理 形態に配慮する。	・子どもの咀嚼や嚥下機能の発達に応じて食品の種類、量、大きさ、固さなどの調理形態の他、薄味・盛り付けにも配慮する。 ・手であれ食べや前歯でかじり取る練習がしやすいよう、配慮をする。 ・個々に合った椅子とテーブルを使用する
		指針 P. 23 6「離乳初期(生 後 5 ~ 6 か月頃)」ゴックン期	指針 P. 25 7 「離乳中期(生 後 7 ~ 8 か月頃)」モグモグ期	札幌市保育所等給食管理運営 指針P.27 8「離乳後期(生 後9~11か月頃)」カミカミ期 の離乳のすすめ方【支援のポ イント】参照
	・生活リズムを整える大切・日安の哺乳景・適切な乳			
家庭	知らせる。 ・展示食や資料等を使用し.	、離乳食の進め方と内容を	・手づかみ食べや食べこぼし····	
・地域へ	知らせる。 ・離乳に向けた準備等を、 める。	家庭と連携を取り、無理なく進		,
の働きかけ			・咀嚼の大切さを知らせる。 ・椅子に座らせる時の望まし い姿勢や具体的な食べさせ方 (スプーンの使い方など)に ついて知らせる。	### O + III + + fu > 1, 7
食育活動	・野菜の栽培、収穫 ・季節の行事			・朝食の大切さを知らせる。
動 評価・反省	子即の日子			

食育年間計画 (1歳児) ~食べる意欲と生活のリズムを整える~

食	育年間計画(1歳児)〜	·食べる意欲と生活のリズム	を整える~	
	12~14 か月頃	15~17 か月頃	18~20 か月頃	21~23 か月頃
ねらい		・様々な食べ物を見て、触れて、味わう経験を通して意欲的に食べようとする。		・様々な食べ物を見て、触れて、味わう経験を通して意欲的に食べようとする。
		・介助されながらスプーンを	・よく噛んで食べる。 ・スプーンやフォークを使っ て食べる。 ・自分で皿を支えて食べよう とする。 ・苦手な食べ物を少しでも食べ ようとする。	・よく噛んで食べる。 ・こぼしながらもスプーンやフ ォークを使って一人で食べる。
配慮事項	発達に応じて食品の量、大きさ、固さなどの調理形態に配慮する。 ・食べ方にムラが出てくる時期ではあるが、少しでも食べられるよう促し、食べられた時には褒めて自信につなげ	られるよう促し、食べられた時にはほめて自信につなげる。 ・食具の使用は無理強いせず、手づかみ食べを十分にさせ、目と手と口の協応動作の発達と自分で食べたいという意欲を育てる。 ・個々に合った椅子とテーブ	・食具を使って自分で食べる よう促す。 ・好き嫌いをする子には、変見せいをうに食べるみるようになる。 見せて、食べてみるよう促す。 ・保育の中で食べ物に興味がもてる活動を取り入れる。 ・個々に合った椅子とテーブルを使用する	・食具を使って自分で食べるよう促す。 ・苦手なものを食べられた時には、同じテーブルの子ども達と喜び、食べられたことを褒める。 ・保育の中で食べ物に興味がもてる活動を取り入れる。 ・個々に合った椅子とテーブルを使用する
家庭・地域への働きかけ	・ 競小良や資料等を使用し、」 ・ 朝食の大切さを知らせる。 ・ 卒乳の必要性や時期を知らせ ・ 家族で一緒に食べることの	量、内容等を知らせる。 せる。	会をつくるよう促す。	
食育活動	・野菜の栽培、収穫 ・季節の行事			
評価・反省				
年間反省				

食育年間計画(2歳児)~食事を五感で味わい、自分で食べる意欲をもつ~

其	月		(4・5月					. 7 - 8			
		よく遊び、よく眠り、食しっかり噛んで食べる。	き事を楽しむ	0							
食と健	内容	・手洗いやエプロンの準備 わる習慣を知る。					の仕方 い、食 lを自分	を知る。 後の清拭なと でしようとす	゛、身の回りを 「る。	清潔にし、食	
康	配慮事項	・食べ慣れた献立を取り入 ・給食に徐々に慣れていく 配慮をする。 ・個々に合った椅子とテー	よう、食材の		り付けなどに	・「しろくま忍君 ・食後の清拭や ・過度に干渉せ	おしぼ	り、エプロン	の片づけを園		
食と	内容	みんなで挨拶をしてから楽しい雰囲気の中で食べ	さる 。			・身近な大人や				·····	
2人間関係	配慮事項	・みんな揃って挨拶をして ・保育士が献立について話 よう工夫する。 ・楽しい会話から「食事は つくる。				・食材紹介や盛り付け補助等を通じ、栄養士や調理員との交流を図る。					
食	内容	・椅子に座り、落ち着いて	〔食べる。		・スプーン、フ ・行事食を楽し	オークの	の正しい使し	ゝ方を知る。	·····•		
食と文化	配慮事項	・遊び食べをせず、前を向	いて食べる	よう促す。	・行事食を楽しむ。(七夕、十五夜) ・声かけなどにより、食具の正しい使い方を知らせる。 ・行事食を取り入れる。						
いのちの	内容	・畑づくりに関心をもつ。	・作物を栽培し ・育てた作物の	収穫を	喜び、自分で	で育てた作物を	味わう <mark>。</mark>				
の育ちと食	配慮事項	・絵本など視覚に訴える教たせる。	材を使用し	て、畑づくりへ	への関心をも	も、収穫物に触れさせることで、食材に興味をもたせる。					
料	内容	・食材に関心をもち、楽し	く食べる。			・食材の名前に	興味を	もつ。			
料理と食	配慮事項	・給食で提供される食材に	-興味関心を	もたせる。		・身近な食材を	見せた	り触れさせた	<u>-</u> りする機会を	設ける。	
130	家庭・地域への	・手洗いの大切さと正しい ・早寝早起き朝ごはんの必 ・望ましい水分補給の方法 ・家族で一緒に食事をする ・大人が見本となり、食前 ・行事食のいわれなどを知 ・地産地消、旬の食材、食 ・家庭での簡単な手伝いや	な要性を知ら まについの大切 す食後の挨 Tらせる。 で文化、食の	せる。 らせる。 さを知らせる をするよう働 安全 (弁当の)	。 きかける。 衛生管理、食	中毒予防)などに			⁻ る。		
活動	食育	・野菜の栽培 ・手洗い教室(シロクマ忍 ・七夕 ・十五夜	7者)								
	平面。又省		保育係長	主 任	記入者			保育係長	主任	記入者	

食育年間計画(2歳児)

其	月	Ш (10) • 11 • 12	月)		IV ((1 • 2 • ;	3月)	
食と健	内容	・よく遊び、よく眠り、食事・しっかり噛んで食べる。…・手洗いができるようになる・手洗い、うがい、食後の清必要な活動を自分でしようと・いろいろな食べ物を知り、		の回りを清潔! る。					
康	配慮事項	・「しろくま忍者の手あらい ・食後の清拭やおしぼり、エ て援助する。 ・過度に干渉せず見守り、負	食べられたら	褒める。					·····
食と人	内容	・みんなで挨拶をしてから食・身近な大人や友達と一緒に							
し人間関係	配慮事項	・みんな揃って挨拶をして賃 ・保育士が献立について話題 工夫する。 ・楽しい会話から「食事は楽 る。 ・食材紹介や盛り付け補助な 図る。	きしいもの」 。	と感じられる雰	雰囲気をつく…				*
食-	内容	・スプーン、フォークを使し ・行事食を楽しむ。(冬至、	クリスマス)		・行事食を楽しむ。(1	七草、節分、 で	かな祭り)		
食と文化	配慮事項	・声かけなどにより、食具を・行事食を取り入れる。	を使って上手	に食べられる	・無理強いせず、食具				
いのち	内容	・作物を栽培しながら生長を ・育てた作物の収穫を喜び、				・食べ物の大切さを知	り、残さず食 	べようとする	▶
の育ちと食	配慮事項	・収穫物に触れさせることで				・食べ物の大切さを知	らせる。		
料理と食	内容配慮事項	・いろいろな料理を通し、食・身近な食材を見せたり触れ ・食事を五感で味わって食べ	いさせたりす	る機会を設け	る。				
きかけ	家庭・地域への	・手洗いの大切さと正しいプ ・早寝早起き朝ごはんの必要 ・望ましい水分補給の方法に ・家族で一緒に食事をするこ ・大人が見本となり、食前負 ・行事食のいわれや郷土食な ・地産地消、旬の食材、文化 ・家庭での簡単な手伝いや-	要性を知らせたいたは さとの大切切り 食後を知りない はどを は、 食どを と、	る。 せる。 を知らせる。 する。 の 新当の衛生	かける。 管理、食中毒 [:]	予防)などに関する情報	を提供する。		
活動	食育	・冬至 ・クリスマス ・七草 ・節分 ・ひなまつり							
評価・反省									
			保育係長	主任	記入者		保育係長	主任	記入者

食育年間計画(3歳児)~食べ物への関心を深め、友達と楽しく食べる~

其	П	I (4・5月)	Ⅱ (6・7・8・9月)				
	71	・手洗いとうがいを行う。	1 (0 / 0 3 _A)				
食と健	内容	・よい姿勢で食べる。	・早寝早起き朝ごはんについて知る。 ・野菜に関心をもち、進んで食べようとする。 ・しっかり噛んで食べる。 ・自分から進んで様々な食べ物を味わう。				
健康	配慮事項	・「しろくま忍者の手あらいソング」を活用し、手洗いの大 を知らせる。 ・個々の体に合った椅子とテーブルを使用する。	切さ ・ 規則正しい生活を送る大切さを伝える。 ・ 歯の衛生と食事との関わりを知らせる。 ・ 個々に合った量が摂取できるよう配慮する。				
食と-	内容	・マナーを知り、友達と一緒に楽しく食べる。	・給食に関わる人との交流を通じ、感謝の気持ちをもつ。				
食と人間関係	配慮事項	・友達と楽しく食べられる環境を作る。 ・食前食後の挨拶が身に付くよう、繰り返し一緒に行う。	・食材紹介や盛り付け補助等を通じ、栄養士や調理員との交流を図る。 ・食事のマナーを知らせる(食具を持っていない手で食器を持っ、口の中に食べ物を入れたままおしゃべりをしないなど)				
食口	内容	・スプーン、フォークを正しく持って食べる。(鉛筆持ち)。	, ······ ・行事食を楽しむ。(七夕、十五夜)				
食と文化	配慮事項	・食具の正しい持ち方を知らせる。	・給食の献立を例に食材や料理名を知らせる。 ・行事食を取り入れ、いわれなどを知らせる。				
いのちの	内容	・畑づくりを楽しむ。	・作物を栽培しながら生長を観察し、興味関心をもつ。 ・育てた作物の収穫を喜び、自分で育てた作物を味わう。				
のちの育ちと食	配慮事項	・命の尊さや感謝の心を育てる。	・野菜の栽培や収穫を通じ、野菜に関心をもてるようにする。				
料	内容	・食べ物に関心をもち、楽しく食べる。	・食べ物に関心をもち、名前を覚える。 ・簡単な調理(皮むきなど)を経験する。				
料理と食	配慮事項	・身近な食材を見せたり触れさせたりする機会を設ける。…	•				
働きかけ	家庭・地域への	・手洗いの大切さと正しい方法を知らせ、習慣になるよう(・早寝早起き朝ごはんの必要性を知らせる。・望ましい水分補給の方法について知らせる。・持参する主食について望ましい量と内容を知らせる。・家族で一緒に食事をすることの大切さを知らせる。・行事食のいわれなどを知らせる。・地産地消、旬の食材、食文化、食の安全(弁当の衛生管・家庭での簡単な手伝いや一緒に買い物をするなど、食に	里、食中毒予防)などに関する情報を提供する。				
活動	食育	・野菜の栽培、収穫 ・手洗い教室(シロクマ忍者) ・七夕 ・十五夜					
	平面• 又省	保育係長 主 任 記入	者 保育係長 主任 記入者				

食育年間計画 (3歳児)

其	月	Ⅲ (1	0 • 11 • 12	月)		IV	7 (1 • 2 ·	・3月)	
食とは	内容	・手洗いとうがいを行う。…・ ・早寝早起き朝ごはんにつし ・野菜に関心をもち、進んて ・しっかり噛んで食べる。…・ ・自分から進んで様々な食へ	ヽて知る。 で食べようとす ヾ物を味わう。	·る。					
健康	配慮事項	・「しろくま忍者の手あらい知らせる。 ・規則正しい生活を送る大切・個々に合った量が摂取でき	のさを伝える。" きるよう配慮す	 う。					·····
食っ	内容	・マナーを知り、友達と一緒 ・給食に関わる人との交流を	åに楽しく食べ €通じ、感謝の	る。······ 気持ちをもつ	0				•
食と人間関係	配慮事項	・食材紹介や盛り付け補助等を図る。 ・食事のマナーを知らせる 口の中に食べ物を入れたまま	(食具を持って Eおしゃべりを	いない手で食 ·しないなど)				•	
	内	・スプーン、フォークを正し ・食器の正しい並べ方を知る ・行事食を楽しむ。(冬至、	っく使い、こぼ る。	さず食べる。…					·····
食と文化	容配	・行事食を楽しむ。(冬全、・声かけなどにより、食具を							
化	虚事項	よう促す。 ・給食の献立を例に食材や料・行事食を取り入れ、いわれ	4理名を知らせ ιなどを知らせ	·る。···································					·····
いのかの	内容	・作物を栽培しながら生長を ・育てた作物の収穫を喜び、	自分で育てた	:作物を味わう	・食べ物にも命がる	あることを知り)、大切に食べ	ようとする。	
育ちと食	配慮事項	・命の尊さや感謝の心を育て ・野菜の栽培や収穫を通じ、	野菜に関心を	もてるように	する。				•
料	内容	・食べ物に関心をもち、名前 ・簡単な調理(皮むきなど)							•
理と食	配慮事項	・身近な食材を見せたり触れ せる。	いさせたりする	機会を設け、	関心をもた …				•
きかけ	家庭・地域への	・手洗いの大切さと正しいだ。早寝早起き朝ごはんの必要・望ましい水分補給の方法に・家族で一緒に食事をするこ・行事食のいわれや郷土食な・地産地消、旬の食材、文化・家庭での簡単な手伝いやー	受性を知らせる こついて知らせ ことの大切さを などを知らせる 比、食の安全 (。 う。 からせる。 。 〔弁当の衛生管	理、食中毒予[坊)などに関する情	報を提供する。 。	o	
活動	食育	・冬至 ・クリスマス ・七草 ・節分 ・ひなまつり							
a 化 分	平面 - 区省		保育係長	主任	記入者		保育係長	主任	記入者

食育年間計画(4歳児)~苦手な食べ物を徐々に克服し、食事のマナーを守って楽しく食べる~

其	н		I (4	. 5 A)		п	(6 - 7	7 • 8 • 9	B)	
- 7	r H	手洗いと	1 (4		:んで上手に …	П	(0 - /		<i>H</i> /	·····
食	内容	行う。 ・よい姿勢 ⁻	で食べる。			・早寝早起き朝ごはんのプライン・野菜摂取の必要性についまままなものも食べてみまります。・自分の食べられる量を知るます。	いて知る。 ようとする	5 .	きるようになる	
食と健康	配慮事項	いの大切さる	:忍者の手あら を知らせる。 った椅子とテー			・朝食の大切さと規則正し ・野菜摂取の大切さを伝え ・歯の衛生と食事との関われている。 ・おかわりを用意するなど ・苦手なものでも食べられ	える。 わりを知ら ど個々に合	らせる。 合った量が摂J		≧慮する。
食と	内容		・マナーを知り、友達と気持ちよく食事をする。						•	
食と人間関係	配慮事	・食事のマナーを知らせる。************************************				・ 品食に関わる人との文が・ 食材紹介や盛り付け補助・ 給食時に献立名の紹介も	 助等を通し		調理員との交流	
食と文化	項 内容	・食器の正り	しい並べ方を知	1		・食器を正しく並べること ・食材や料理の名前を知る ・主食、主菜、副菜を交互 ・北海道産の旬の食材に関 ・行事の意味を知り、行事	る。 互に食べる 関心をもち	る。 ち、味わ う 。	十五夜)	
文化	配慮事項	・ポスター? 方を知らせ?	を掲示するなと る。	ざして、正しい	食器の並べ …	・食事のマナーの大切ささ・地産地消を意識し、食材・行事食を取り入れ、い材	オを紹介す	する。		·····
いのちの	・畑づくりを楽しむ。 内 容				・作物を栽培しながら生生・命をいただくことの大り・育てた作物の収穫を喜び・食材には旬があることを	刃さを知り び、自分で	ノ、感謝の気	持ちをもつ。		
のちの育ちと食	配慮事項	・命の尊さ ⁴	や感謝の心を育	「てる。		・野菜の栽培や収穫を通し	じ、野菜は	こ関心をもて	るようにする。	•
料理と食	内容		心をもち、楽 l			・収穫物を調理し、食べる ・友達と協力して調理する ・調理経験を通して、普段 ・クッキングの約束事(ることで、 と料理を作	料理の楽しる ってくれる人	きを実感し達成 しへの感謝の気	
食	配慮事項	設け、関心を				・調理活動や食材に触れる ・包丁など調理器具の安全			0	••••••
働きな	家庭・地域への	・早寝早起。 ・望ましいる ・持家族で一名 ・行事食のし ・地産地消、	き朝ごはんの必水分補給の方法主食に食事をするいてするいたなどをいわれなどが、自の食材、食	な要性を知らせ まについて知らせましい量との とことの大切さいませる。 ないで、食の安	る。 せる。 !容を知らせる を知らせる。	のよう働きかける。 の。 「生管理、食中毒予防)など「 食に関わる体験ができるよ			 გ.	
活動	食育	・野菜の栽集 ・手洗い教覧 ・七夕 ・十五夜	き、収穫 室(シロクマ₹	3者)						
	平面• 又省									
1			保育係長	主任	記入者	1		保育係長	主任	記入者
									/	

食育年間計画(4歳児)

其	月	Ⅲ (1	0 • 11 • 12	月)		IV	7 (1 • 2 •	3月)	
	内容	・手洗いとうがいの必要性かい 早寝早起き朝ごはんの大ちい 好き嫌いなく食べようとす 食べ物と栄養について関心 自分の食べられる量を知り	のさを理解する ける。 ひをもつ。 」.加減して調	。 整できるよう	になる。				
食と健康	配慮事項	・「しろくま忍者の手あらい知らせる。 ・朝食の大切さと規則正しし・給食の献立を例に、食材の・苦手な物でも食べようとす大切さを知らせる。 ・おかわりを用意するなど何る。	ソング」を活り v生活を送る必 D働きについて る姿を認め、れ	用し、手洗いの 要性を伝える 知らせる。 ^{様々な食べ物で}	の大切さを 。				
食と	内容	・マナーを知り、友達と気持 ・友達と一緒に楽しく食べる ・給食に関わる人との交流を	٠						
人間関係	配慮事項	・給食に関わる人との交流を ・食事のマナーを知らせる。 ・食材紹介や盛り付け補助等 る。 ・給食時に献立名の紹介や倉	等を通じ、栄養	を	との交流を図				•••••
食と文:	内容	・はしの正しい持ち方を知る ・食器を正しく並べるを知る。 ・食器を料理の名副菜を交互に ・主食、主菜、副菜を交互に ・北海道産の旬の食材に関心 ・行事の意味を知り、味わう。	ち。 ができる。 こ食べる。 ひをもち、味わ まを楽しむ。(彡	····································	マス)	・はしを使う練習 ・行事の意味を知 祭り)	をする。 	 	. 節分、ひな
化	配慮事項	・正しく鉛筆を持つことが、 知らせる。 ・ポスターを掲示するなどし ・食事のマナーの大切さを行 ・地産地消を意識し、食材を ・行事食、郷土料理を取り	って、正しい食 伝える。	器の並べ方を	知らせる。				
いのかの	内容	・地産地消を意識し、食材を ・行事食、郷土料理を取りプ ・作物を栽培しながら生長を ・命をいただくことの大切さ ・育てた作物の収穫を喜び、 ・食材には旬があることをを	日かで育した	作物を味わり	0			を大切にする。 	·····
の育ちと食	配慮事項	・命の尊さや感謝の心を育て ・野菜の栽培や収穫を通じ、	てる。 野菜に関心を	・もてるように					>
料	内容	・いろいろな料理を通し、食	食材に目を向け	る。					•
理と食	配慮事項	・身近な食材を見せたり触れ る。	いさせたりする	機会を設け、問	関心をもたせ…				····
17	家庭・地域への	・手洗いの大切さと正しいだ。早寝早起き朝ごはんの必要・望ましい水分補給の方法に・家族で一緒に食事をするこ・行事食のいわれや郷土食な・地産地消、旬の食材、文化・家庭での簡単な手伝いやー	要性を知らせる こついて知らせ ことの大切さを などを知らせる と、食の安全 (。 ·る。 ·知らせる。 。 〈弁当の衛生管	理、食中毒予	防)などに関する情		,	
活動	食育	・冬至 ・クリスマス ・七草 ・節分 ・ひなまつり							
言作	5.2 二甲卡		保育係長	主任	記入者		保育係長	主 任	記入者

食育年間計画(5歳児)~食物と身体の関係について知り、感謝の気持ちをもつ~

其	月		I (4	• 5月)		I (6 ·	7 • 8 • 9	 月)		
食	内容	行う。	うがいの必要性 で食べる。	生が分かり、進	≛んで上手に …	・早寝早起き朝ごはんの大切さき ・野菜摂取の必要性について知る ・自分が食べられる量に調整し、	5.		-გ.	
食と健康	配慮事項	いの大切さ	・「しろくま忍者の手あらいソング」を活用し、手洗・・・・朝食の大切さと規則正しい生活を送る必要性を伝える。・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・					▶		
食	内		理解し、友達と 緒に楽しく食へ							
食と人	容		ナーを知らせる			給食に関わる人との交流を通じ	じ、感謝の気持ち	ちをもつ。		
人間関係	配慮事項		<i>)</i> — ह्या 5 ट ४	_ه ر		・食材紹介や盛り付け補助等を通・当番が献立名の紹介や食前の技	通じ、栄養士や詞	調理員との交流		
			しく持ち、食^ しく並べる。…							
食と文化	内容	・食材や料理の名前について知る。 ・ポスターを掲示するなどして、はしの正しい持ち方				・食材や料理の名前と調理方法を ・主食、主菜、副菜を交互に食へ ・北海道産の旬の食材に関心をも ・行事の意味を知り、行事食を募	ヾる。 らち、味わう。 ぎしむ。(七夕、	十五夜)		
文 化 ———————————————————————————————————	配慮事項	・ポスターを を知らせる。		゙ して、はしの〕	正しい持ち方	・食事のマナーの大切さを伝える・地産地消を意識し、食材を紹介・行事食を取り入れ、いわれなど	する。			
いのちの	内容	・畑づくり				・作物を栽培しながら生長を観察 ・命をいただくことの大切さを失 ・育てた作物の収穫を喜び、自分 ・食材には旬があることを知る。	ロり、感謝の気持 ♪で育てた作物で	寺ちをもつ。		
のちの育ちと食	配慮事項	・命の尊さ ^り	や感謝の心を育	すてる。····································		・野菜の栽培や収穫を通じ、野菜に関心をもてるようにする。				
料理と	内		・食材に関心をもち、楽しんで味わう。 ・収穫物を調理し、食べる経験を通して、食材に関心をもつ。 ・友達と協力して調理することで、料理の楽しさを実感し達成感を味わう ・調理経験を通して、普段料理を作ってくれる人への感謝の気持ちをもつ ・クッキングの約束事(手洗い、身支度、安全など)を知る。							
食	配慮事項	設け、関心				・調理活動や食材に触れる機会を ・包丁など調理器具の安全な扱し		,	•	
働きかけ	家庭・地域への	・早寝早起。 ・望ましい。 ・持参でで一名 ・行事食のし ・地産地消、	き朝ごはんの必 水分補給の方法 主食に食事をする 緒に食事をどを失いわれなどを失 、旬の食材、食	が要性を知らせ なにしいい量との をととの大切といる いらせる。 食文化、食の安	せる。 っせる。 引容を知らせる ぎを知らせる。 ₹全(弁当の衛	よう働きかける。 。 生管理、食中毒予防)などに関する食に関わる体験ができるよう勧める		ర ం		
活動	食育	・野菜の栽集 ・手洗い教覧 ・七夕 ・十五夜	培、収穫 室(シロクマゑ	烈者)						
1	平面・又旨		/n+/r=	2.5	T = 1 +		/B+/C=		577 4	
			保育係長	主任	記入者		保育係長 	主任	記入者	

食育年間計画(5歳児)

_									1
期		皿(10・11・12月)				Ⅳ (1・2・3月)			
食	内容	・自分が食べられる量に調整し、一定の時間内に食べる。····································							
食と健康	配慮事項	・「しろくま忍者の手洗いソング」を活用し、手洗いの大切さを知らせる。 ・朝食の大切さと規則正しい生活を送る必要性を伝える。 ・給食の献立を例に、食材の働きについて知らせる。 ・おかわりを用意するなど、個々に合った量が摂取できるように				・就学を見越し、早寝早起き朝ごはんの必要性を伝える。			
食と人間関係	内容	・マナーを理解し、友達と気持ちよく食事をする。 ・友達と一緒に楽しく食べる。 ・給食に関わる人との交流を通じ、感謝の気持ちをもつ。 ・食材紹介や盛り付け補助などを通じ、栄養士や調理員との交流を							
	配慮事項	・食材紹介や盛り付け補助な図る。 ・食事のマナーを知らせる。 ・当番が献立名の紹介や食育							
食と文	内容	もたせる。 ・はしを正しく持って食べる。				・行事の意味: ひな祭り)	************************************	************************************	
化	配慮事項	・食事のマナーの大切さを伝える。 ・地産地消を意識し、食材を紹介する。 ・行事食、郷土料理を取り入れ、いわれなどを知らせる。							······
いのちの	内容	・育てた作物の収穫を喜び、自分で育てた作物を味わう。 ・食材には旬があることを知る。							
ちの育ちと食	配慮事項	・野菜の栽培や収穫を通じ、野菜に関心をもてるようにする。							•
籾	内容	・いろいろな料理を通し、食材に目を向ける。							·····
料理と食	配慮事項								······································
働きかけ 家庭・地域への		・手洗いの大切さと正しい方法を知らせ、習慣になるよう働きかける。 ・早寝早起き朝ごはんの必要性を知らせる。 ・望ましい水分補給の方法について知らせる。 ・家族で一緒に食事をすることの大切さを知らせる。 ・行事食のいわれや郷土食などを知らせる。 ・地産地消、旬の食材、文化、食の安全(弁当の衛生管理、食中毒予防)などに関する情報を提供する。 ・家庭での簡単な手伝いや一緒に買い物をするなど、食に関わる体験ができるよう勧める。							
食 活 動		・冬至 ・クリスマス ・七草 ・節分 ・ひなまつり							
	平面• 又省								
•	-		保育係長	主任	記入者		保育係長	主任	記入者