

利府町立菅谷台保育所:食育・給食計画

R7.4.1改正

食育目標	★お腹が空くリズムのもてる子ども ★食べたい物、好きな物が増える子ども ★一緒に食べたい人がいる子ども ★食事づくり、準備に関わる子ども ★食べ物を話題にする子ども											
年間行事	1期			2期			3期			4期		
	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
		野菜の苗植え		七夕会			さつまいも掘り・焼き芋会	郷土料理とってなげ作り	もちつき会		豆まき会 おわかれ会	ひな祭り
月別目標	保育所の給食に慣れましょう	お友達と楽しくマナーを守り、給食を食べましょう	よく噛んで残さず食べましょう	手洗いをしっかり行い、食中毒に気をつけましょう	季節(旬)の食べ物を知り、味わい、好きな食べ物を増やしましょう		苦手な食べ物も一口でも食べましょう		好きな物を増やし、食べ物を話題にしながら楽しく食べましょう		残さず食べて元気に過ごしましょう	
健康・食事 全年齢共通 重点取組	雰囲気慣れ、適量を無理なく食べられるようする		友達と一緒に食事をする楽しみを味わい、よく噛んで食べるようにする			楽しい雰囲気の中で、様々な食べ物や体験を通して好きな物が増えるようにする			友達と一緒に食事をするを楽しみ、月齢に応じて食べ物を話題にしながら、体と食べ物の関わりを知り、残さず食べられるようにする			
	食前後の挨拶など基本的な食事のマナーを身につける		正しい姿勢・器を持って食べるなどのマナーを身につけ、食事の準備や後片付けをする			月齢に応じ、スプーン・フォーク・お箸など正しい持ち方ができるようにし、食事の準備や後片付けを自分でしようとする			食具を正しく持ち、きれいに食べることを身につける			
	手洗いや歯みがきなど衛生面を身につける		手洗いや歯みがきなど、手指の汚れを拭くなど、食事の衛生や清潔にすることに気をつける									
0歳児	個々の量や段階に合わせて離乳食を進める 保育士が食事の挨拶をしてみせる		スプーンを使って介助されながらも、自分で食べようとする気持ちを伸ばすために、手掴み食べなどが行える環境を作る 食事の後は顔や手を拭き清潔になることを喜ぶ						自分で食べようとする気持ちを伸ばし、スプーンやフォークを使って食べてみようとする			
1歳児	雰囲気慣れのようにし、食事に集中できるようにする		スプーン、フォークを使うことや食器に手をそえて食べるように支援し、「もぐもぐ」「かみかみ」「ごっくん」と言葉やまねをして、しっかり噛んで食べるように促す。歯みがきをしてもらう心地よさを感じる						姿勢に注意し、苦手な物も一口は食べるようにする。食後の簡単な始末(手や口をふくなど)を自分でしようとする			
2歳児	雰囲気慣れのようにし、食事前の手洗いを自ら進んで行う		スプーン、フォークを使い分け、下持ちで持つて食べるようにし、周りを汚さないで食べられるようにする。しっかり噛んで食べ、歯みがきを進んで行う						好きな食べ物や料理を増やし、苦手な物も食べるようにする。食べこぼしなく、食べることができる			
3歳児	手洗いや食事の準備をしようとし、食前後の挨拶ができる		遊び食いせずに集中して食べることができ、苦手な物も頑張って食べるようにする。箸を使い食事をし、食べ物に関心を持つ						配膳、下膳が自分ででき、何でも食べられるようにする。箸の持ち方、使い方に興味を持つ			
4歳児	手洗いや食事の準備、片付けができ、食事の挨拶ができる		箸や食器を正しく持ち、姿勢よく座って食べ、決められた時間内に食べることができる。体と食べ物の関係について関心をもつ						食器の配置と食べる順番を意識し、残さず食べることができる			
5歳児	食事の準備、片付け、挨拶がしっかりとでき、待つことができる		好き嫌いなく、何でも食べることができ、時間内に完食でき、自分の体に必要な食品や種類、働きに気付く						食事のマナー、健康や食事のバランスを知り、小学校の給食に期待をもつ			
月別の取組	食事のマナー指導・畑作り	正しい手洗いのついでに野菜の苗植え・給食アンケートの実施	歯磨き指導・食材に触れよう・そら豆の話	収穫の体験(枝豆枝取り)食材に触れよう・枝豆の話	栄養のお話・トウモロコシ皮むき	秋に摂れる食べ物について・梨の話	さつまいも掘り・焼きいも会・大豆の話・ハロウィンバンカー作り	とってなげ作り・リクエスト給食(いちご)・だしの話	餅つき会・クリスマスケーキデコレーション・リクエスト給食(もも)	七草の話・リクエスト給食(なし)	お箸の指導・給食アンケートの実施・リクエスト給食(めろん)・恵方巻づくり・3つの食料品の話	カレーパーティー・リクエスト給食(すいか)
献立のねらい	食べ慣れた食材を取り入れ、親しみやすい料理で食べやすいよう工夫する		少しずつ新メニューを取り入れる		衛生に注意し適度に水分補給や食欲減退を防ぐような献立にする		旬の食材や郷土料理などを取り入れて食の幅を広げる		温かい料理などを取り入れ、適温配膳とより楽しく食事ができるような献立や食べ方(バイキングなど)を取り入れる			
給食だよりのテーマ例	保育所の給食	生活リズムと朝食	歯の健康とよく噛むこと	夏バテ防止と熱中症予防	夏の衛生	旬の食材	ノロウイルス、インフルエンザの予防	食事のバランスと家庭での食事	野菜の栄養とクッキング	行事食	食具の使い方と食事のマナー	まとめ
行事・季節郷土食	子ども達の好きな食べ物が増えるように配慮した献立、毎月季節の食材を使った誕生会メニュー及び行事食・郷土食、手作りおやつなどを提供する											
季節・郷土食メニュー例	菜の花ご飯 春野菜のクリームシチュー	たけのこご飯	そら豆とえびのかき揚げ	コーンご飯	おくずかけ	かつおのあげ煮・利府製	新米 さつま芋ロケ	とってなげ汁	お雑煮・冬至かぼちゃ	七草粥・なます・松風焼き	恵方巻 ひじきと大豆の煮物	花いなり・赤飯
家庭への働きかけ	毎月の給食献立及び給食だより等を通して、生涯の望ましい食習慣の基礎づくりの大切な乳幼児期のお子さんへ必要な食・健康に関することの情報提供を行う、家庭と連携して食育をすすめる 随時、家庭からの食生活・健康等に関する相談に応じたり、助言・支援を行う											
食育活動・給食	地域の方々との交流(世代間交流など)、健康教育、クッキング保育、野菜の栽培・収穫体験などを行う 旬の食材を積極的に給食に取り入れる											
衛生・給食管理	子ども達の月齢・年齢別、発育・発達、健康状態、乳児期における授乳・離乳、母乳哺育、食物アレルギー、障害を持つ子どもなど、特別な配慮を含めた子ども一人一人について、家庭・関係職員間と連携して安全・安心な心にも体にも栄養になるような給食を提供できるようにする											
	施設内の衛生・食中毒対策に留意し、適時・適温に給食を提供する。給食施設については、大量調理施設衛生管理マニュアルに基づき実施する。(ねずみ、こん虫等の発生状況は月1回巡回点検の実施。											
	月齢・年齢別など一人一人の健康状態に配慮し、食事量等に配慮する		いろいろな食品や調理形態に慣れて、食がすすむように配慮する				食材、献立などに興味を持ち、調理の楽しさを知り、食への関心がもてるようにする			食材や献立、行事・郷土食、食べものと一緒に食事を人へ関心・感謝の気持ちで食べてもらうようにする		
職員・地域との連携	定期的に、子どもともの昼食・保育所給食担当者打ち合わせ会・町内認可保育所(園)栄養士研修会を行い、食育の必要性を共通理解できるようにする											
評価	食育事業の評価は、定期的な保護者へのアンケート、毎日の保育所給食の残食状況等を職員間で把握し、評価とする											
	給食の評価は、加工食品をなるべく使用しない手作り給食・おやつを取り入れることで評価とする											
	毎月の子ども達の身長体重の計測値・カウプ指数の把握、内科・歯科健診結果などから子ども達の健康状態の評価とする											