


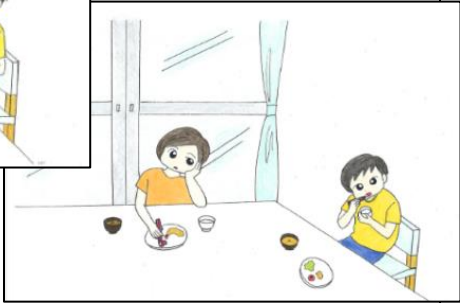





食育の日取り組み報告

令和元年度

世田谷区では、毎年「食育の日」（6月19日）に向けた取り組みとして、区立保育園全体が共通のねらいを持ち、それぞれの年齢にそった食育を行っています。その結果がまとまりましたので、下記のとおり報告致します。

記

- 1 ねらい 日本の伝統的な食文化への理解を深め、食べることへの意欲や感謝のこころを育む
- 2 テーマ 日本の食習慣やマナーを知る
よく噛むと体にいいことを知る
- 3 実施期間 令和元年6月3日（月）～6月28日（金）の4週間
- 4 対象 3～5歳児クラス

テーマ	マナー	噛むこと												
ねらい	食作法（マナー）について知る	噛むことが体に良いことを知る												
食材（媒体）	<ul style="list-style-type: none"> ・ランチョンマット ・マナーについてのイラスト 	<ul style="list-style-type: none"> ・噛む効果のイラスト ・音の表 ・味の表 ・給食食材 ・栽培物 												
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">良い例</div> 	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">悪い例</div> 	  <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>かんだらどんな音がした？</p> <p>たとえば</p> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>りんご</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table> <p>↓ ↓ ↓ ↓</p> <p>たとえば</p> <table border="1" style="width: 100%; text-align: center;"> <tr> <td>シャキシャキ</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table> </div>					りんご				シャキシャキ			
														
りんご														
シャキシャキ														
活動内容	ランチョンマットを使用し、食器の持ち方や姿勢の話を媒体を用いて調理職員が子ども達と食事をしながら、指導する。	<ul style="list-style-type: none"> ・よく噛むことで、体にどんな良い事が起こるかを知る。 ・色々な食材を噛んでみて、どんな音がするか、どう味が変わるのかを感じてみる。 												

取り組みの様子

マナー

まず、お箸を正しく持って、「カチカチ」と音が鳴るように練習してみました。
 しっかり握って操る為には手に力が必要、
 という事で
 右の写真のように
 手の運動もしてみました。
 (上北沢保育園)



<実施園の感想>

- ・クイズ形式で行うことで楽しみながら興味をもち行うことができた。
- ・媒体のランチョンマットは具体的で分かりやすく、効果的に使用することができた。

3歳…29園実施/
 4歳…32園実施/
 5歳…37園実施/区立保育園48園中

噛むこと

右の表を使って、それぞれの食べ物をよく噛んでどんな音がするか確かめてみました。
 また、何回噛めたか数え、いつもより意識して食べ物を噛みました。
 「よく噛むと味が変わった」と味の変化に気づいたお子さんもいたようです。(南大蔵保育園)

	たべもの	かんだ かいすう	どんなあじが した?	音
1	だんご	5回～ 30 かい	?	ちゅちゅ ちゅちゅ
2	おいしな お魚	30回～ 15 かい	?	ちゅちゅ かりかり ちゅちゅ
3	やまい (にんじん) きゅうり	10回～ 30 かい	?	しゅしゅ ぼりぼり
4	(パン)の おこし すーぱー	1～ 6 かい	?	しゅしゅ すーぱー がー

<実施園の感想>

- ・難しいテーマではあったが、味わうことやよく噛むと体にいいことを体験しながら知る機会となった。

3歳…23園実施/
 4歳…24園実施/
 5歳…30園実施/区立保育園48園中

評価・考察

今回は、よく噛むことの大切さについて伝えるため、「よく噛むと体にいいこと」というテーマを新たに設定しました。テーマが3, 4歳児には難しい内容ではないかという意見もみられましたが、イラストの媒体はいずれの年代も利用率が高く、活用しやすかったということが見受けられました。音の表や味の表は活用が難しかったためか利用率は低かったです。マナーについては、日頃から各園で指導を心がけているテーマでもあるので、毎年継続して行い、媒体や内容を膨らませていく方向がよいと感じました。継続して行うことで、理解が高まったという声も多く寄せられました。

食事のマナーの内容はわかりやすく、クイズ形式で指導することで、子どもたちはより楽しみながら学ぶことができたようです。

今回の取り組みについて、特に食事のマナーについては、保護者からの反響も多く、家族で食について関心を深める良い機会となったと感じます。

この他にも詳しい報告を世田谷区のホームページに掲載しておりますのでご覧ください。

世田谷区ホームページアドレス <https://www.city.setagaya.lg.jp>

トップページ「子ども・教育・若者支援」→「保育」→「保育施設・事業」→「認可保育園」
 →「区立認可保育園の取り組み」→「保育園食育ステーション」