

4 歳児

ねらい	<ul style="list-style-type: none"> ・友だちと一緒に食べる楽しさを感じる ・食べ方や食事のマナーを身につける 					
期	1 期（4・5月）	2 期（6・7・8月）	3 期（9・10・11・12月）	4 期（1・2・3月）		
期のねらい (食に関する 子どもの姿)	<ul style="list-style-type: none"> ・新しい環境に慣れ、みんなで楽しく食べる。 ・食事のマナーを身につける。 ・食事の準備や後片付けをする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・いろいろな食材に興味や関心を持つ。 ・いろいろな味がわかり、おいしく食べる。 ・正しく歯を磨く。 	<ul style="list-style-type: none"> 主食・主菜・副菜を知る。 			
連携	保育	<ul style="list-style-type: none"> ・友達と一緒に食べることを楽しめるような雰囲気をつくる。 ・食事の前には手を洗い、みんなで食前・食後のあいさつをするよう促す。 ・正しい手の洗い方を指導する。 ・食事の準備・片付けをする。 ・落ち着いた雰囲気の中で食事ができるよう配慮する。 ・主食・主菜・副菜を交互に食べるよう言葉かけをする。 ・何でも食べると身体によいことを知らせる。 ・季節の献立や食材にふれる。 ・食事のマナー（手洗い・あいさつ・箸・食器の正しい持ち方・食べ方・姿勢）の大切さを伝える。 	<ul style="list-style-type: none"> ・苦手なものでも少しずつ食べられるよう言葉かけをする。 ・献立名に興味を持たせる。 ・食材の名前や形を知らせる。 ・正しい歯の磨き方を指導する。 ・栽培した夏野菜の生長を楽しめる環境づくりをする。 	<ul style="list-style-type: none"> 料理を作ってくれた人に感謝の気持ちが持てるよう働きかける。 	<ul style="list-style-type: none"> 食習慣やマナーの見直し・改善を図る。 	
	栄養士	献立計画	<ul style="list-style-type: none"> ・栄養のバランスを考える。（主食、主菜、副菜） ・色どりを考える。 ・月に1回ジオ給食献立を作成する。 ・郷土料理を取り入れる。（おぼろ汁、こくしよ、つみれ汁など） ・行事食を取り入れた献立を作成する。 [こどもの日] ・旬の味覚を取り入れた献立を作成する。 (キャベツ、竹の子、アスパラガス、絹さや、さやえんどう、ニギスなど) 	<ul style="list-style-type: none"> [歯と口の健康週間、七夕] 	<ul style="list-style-type: none"> [いい歯の日、クリスマス] 	<ul style="list-style-type: none"> [節分、ひな祭り]
		調理	<ul style="list-style-type: none"> ・食べやすいように調理を工夫する。 (切り方・盛り付け) ・薄味で調理する。 ・色どりを考える。 ・噛みごたえがあるように調理を工夫する。 ・個人差を考えて、盛り付ける。 ・子どもの食べる様子を見たり、声かけをする。 (一緒に食べる) ・誤嚥・窒息事故予防に配慮する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・熱中症予防のため水分補給に配慮する。 ・子どもたちが栽培・収穫した食材を積極的に取り入れる。 		
家庭や地域への働きかけ	<ul style="list-style-type: none"> ・健やかな身体づくりの大切さを伝える。 ・朝ごはんを食べて登園するよう働きかける。 ・家族そろって食べる大切さを知らせる。 ・1日3食とおやつ（時間・量・質）のあり方を知らせる。 ・子どもの様子を園と家庭で情報共有する。 ・簡単な食事のマナーを家庭で躾けるように働きかける。 ・栄養バランスの良い食事や薄味料理をすすめる。 (主食・主菜・副菜の組み合わせ) ・誤嚥・窒息事故予防について知らせる。 ・季節の献立や食材にふれるようにすすめる。 ・正しい食具の持ち方、使い方、食べ方を知らせる。 					
こども家庭課事業	保育園・幼稚園食育教室、健康教室、園児の体格調査、個別栄養相談					