

5 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味わう ・食べ物と体の関係に関心を持つ ・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"> ・食事のマナーを身につけ、友達と会話を楽しみながら食べる。 ・主食・主菜・副菜を知り、バランスよく食べる。 ・食事の準備や後片付けをする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・身体と食べ物の関係に関心を持つ。 ・衛生面に関心を持ち、すすんで手洗い、歯磨きをする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・食べ物を大切にし、感謝の気持ちを持つ。 ・身体と食べ物の関係に関心を持ち、何でも食べようとする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・望ましい食事のマナーを身につけ、楽しく食べる。 ・周囲の食べる時間に合わせ、時間内に完食する。 ・給食で牛乳を飲むことやお盆を使用することに慣れ、入学に向けて準備をする。 	
連携	保育	<ul style="list-style-type: none"> ・食事の前には手を洗い、食前・食後のあいさつをして食べる。 ・料理を作ってくれた人に感謝の気持ちを持てるようにする。 ・食事の準備・片付けの手伝いを取り入れる。食事中の活動をする。 ・落ち着いた雰囲気の中で食事ができるよう配慮する。 ・何でも食べると身体によいことを知らせる。 ・子どもたちにその日の献立を知らせる。 ・季節の献立や食材にふれる。 ・食事のマナー（箸・食器の正しい持ち方・食べ方・姿勢）の大切さを伝える。 			
	栄養士	<ul style="list-style-type: none"> ・歯磨きの習慣が身についているか確かめをする。 	<ul style="list-style-type: none"> ・調理活動（クッキング）を楽しむ。 ・野菜の栽培・収穫を通して野菜に興味を持てるようにする。 ・正しい歯の磨き方を指導する。 	命の大切さを知らせ、食べ物を大事にする気持ちを育てる。	基本的なマナーが身についているか見直す。
		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) 	[歯と口の健康週間、七夕]	[いい歯の日、クリスマス]
	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。 ・家族そろって食べる大切さを知らせる。 ・朝ごはんを食べて登園するよう働きかける。 ・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。 ・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。 ・栽培に取り組んでいる様子を伝える。 				
こども家庭課事業	保育園・幼稚園食育教室、健康教室、親子キッズ・キッチン、園児の体格調査、個別栄養相談				