


食育年間計画

令和7年度 戸沢保育園

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	
園での 取り組み	<ul style="list-style-type: none"> 子どもひとりひとりの発達に対応し、食事への援助を深めていく。 畑での栽培、収穫を体験し、自然の恵みや命に感謝する気持ちを持つことができるようにする。 調理の体験を重ねることで、食への関心を育むとともに、食事を作っていただくありがたさに気づく。 												
主な行事	入園式	こどもの日	虫歯予防月間	七夕	お盆 おぼけごっこ	お月見 敬老の日	運動会	さつまいも掘り 七五三お祝い会	お遊戯会 クリスマス・冬至	お正月 新年お楽しみ会	節分	ひなまつり 卒園式	
行事食など	入園お祝いメニュー	こどもの日メニュー	カミカミ給食	七夕メニュー	夏野菜カレー	お月見給食	ハロウィンメニュー 芋煮給食	七五三お祝い給食	クリスマスメニュー 冬至かぼちゃ	お正月メニュー 新年お楽しみ給食	節分メニュー	ひなまつりメニュー リクエスト給食	
畑の活動	○苗植 ・さつまいも ・夏野菜（トマト、きゅうり、なす、ピーマン等）			○夏野菜の収穫			○さつまいもの収穫	○苗植、収穫 ・冬野菜（カリフラワー、ブロッコリー等）					
子どもたちの 体験				○とうもろこしの皮むき ○浅漬け・だし作り ○すいか割り			○おにぎり作り			○焼き芋 ○スイートポテト作り		○なし団子作り ○Xmasケーキ作り	○豆まき ○お茶会（年長児）
0 歳 児	<1期（8～9ヶ月）> ・新しい環境での食事に慣れ、一人ひとりのペースに合わせてもらいながら食事をする。 ・「おいしいね」などの声がけにより、食事の喜びを感じる。 ・舌と上あごでつぶす機能を獲得する。					<2期（10～11ヶ月）> ・歌や手の動きに合わせて、食事前後のあいさつをする。 ・手づかみ食べなど、個々の食べ方に合わせて、自分で食べる意欲を尊重する。 ・奥の歯ぐきですりつぶす機能を獲得する。 ・介助されつつコップで飲む。					<3期（12ヶ月～）> ・手づかみやスプーンで自分で食べたり、介助してもらって食べる。 ・おかわりを用意し、満足できるまで食べることができるようにする。 ・個々の発達に応じた食材や形状に配慮し、咀嚼を促す。		
1 歳 児	<1期（1歳～1歳3ヶ月）> ・手づかみやスプーンで自分で食べたり、介助してもらって食べる。 ・新しい環境での食事に慣れ、保育士や友だちと楽しく食事をする。 ・給食やおやつで、色々な味に慣れる。			<2期（1歳4ヶ月～1歳6ヶ月）> ・コップで飲める。 ・遊び食べにならないようにする。 ・よく噛んで食べる。 ・食事前後のあいさつができる。						<3期（1歳7ヶ月～1歳9ヶ月）> ・楽しく進んで友達と食べる。 ・スプーンやフォークを使って食べる。 ・食材の名前を伝えながら、食事への興味を持たせる。 ・苦手なものでも、保育士に促されて食べてみる。		<4期（1歳10ヶ月～）> ・行事食を味わいながら、食材への興味を深める。 ・自分でスプーンやフォークを持って最後まで食べようとする。 ・食器に手を添えて食べる。	
2 歳 児	●新しい環境での食事に慣れ、保育士や友だちと楽しく食事をする。 □夏野菜栽培の見学をする。 ◎虫歯予防、丈夫な歯をつくる話を聞く。 ◆手洗い、あいさつなど食事のルールを知る。 ◆食器を手で押さえながら食べる。			●食べ物の絵本などで食材に関心を持つ。 ●さまざまな食感、味、匂いなどを体感する。 □畑の夏野菜の成長を見ることで、食べ物に関心を持つ。 ◆正しくスプーンを持って食べようとする。			●野菜の輪切りのはんこ遊びなどで、食材に親しむ。 □さつまいもを収穫し、おやつや給食で食べる。 ◎食事のルールを理解する。 ◆スプーンを鉛筆持ちする。 ◆食器に残っている食べ物を、スプーンで集める。 ※苦手な食べ物にも挑戦してみる。			●行事食の話聞き、味わうことで興味を持つ。 ◆箸の持ち方を覚える。 ◆三角食べの練習をする。			
3 歳 児	●新しい環境での食事に慣れ、保育士や友だちと楽しく食事をする。 □夏野菜を栽培する。 ◎献立を読んでもらい、様々なメニューを知る。 ◎虫歯予防、丈夫な歯をつくる話を聞く。 ◆手洗い、あいさつなど食事のルールを確認する。 ◆三角食べのやり方の説明を聞き、実践してみる。 ◆箸を使える子が増える。			●給食や絵本を通して、様々な食べ物に親しむ。 ●さまざまな食感、味、匂いなどに触れる。 □畑の活動を通して、育てる喜びを味わう。 ◆よく噛んで食べる。			●食に関する製作あそびを通し、食への興味関心が一層高まる。 □さつまいもを収穫し、おやつや給食で食べる。 ◆食事のマナーを確認しながら学ぶ。 ◆箸を正しく持つ練習をする。 ※苦手な食べ物がわかり、減らすことで少しは食べられる。			●健康と食べ物に関心を持ち、一人で食べきる自信がつく。 ◎食べ物の体へのはたらきを、イラストやお話で知る。 ◆ご飯を箸で集められる。			
4 歳 児	●新しい環境の中で、保育士や友だちと一緒に楽しく食事をする。 □夏野菜を栽培する。 ◎献立を読んでもらい、様々なメニューを知る。 ◎虫歯予防、丈夫な歯をつくる話を聞く。 ◆器を持って食べる。 ◆三角食べの説明を聞き、実際に行ってみる。			●五感を使ってさまざまな食材を味わう。 □畑の活動を通して、食べ物の生育や性質を知り、興味関心が高まる。 ◎食感、味、匂いなどを表現する。 ◆肘をつかないで姿勢よく食べる。			●食に関する製作あそびを通し、食への興味関心が一層高まる。 □さつまいもを収穫し、おやつや給食で食べる。 ◎三色食品群の分類方法を学ぶ。 ◆食事のマナーを確認しながら学ぶ。 ◆箸の正しい使い方を知る。 ※苦手な食べ物が1/3は食べられるようになる。			●行事食や栄養について知り、食べることへの意欲が高まる。 ◎食べ物の体へのはたらきを、イラストやお話で知る。 ◆一通りのマナーを知り、食事前後の準備が身につく。			

<p>5 歳 児</p>	<p>●新しい環境の中で、保育士や友だちと一緒に楽しく食事をする。</p> <p>□夏野菜を栽培する。</p> <p>◎献立を読んで、様々なメニューを知る。</p> <p>◎虫歯予防、丈夫な歯をつくる話を聞く。</p> <p>◆三角食べがしっかりできるようになる。</p> <p>◆就学に向けた配膳方法を行う。</p>	<p>●五感を使ってさまざまな食事を味わう。</p> <p>□畑の活動を通して、食べ物の生育や性質を知り、育てる苦労や喜び、命の尊さを知る。</p> <p>◎旬の食材について知る。</p> <p>◎食感、味、匂いなどを表現する。</p> <p>◆よい姿勢でこぼさず食べる。</p>	<p>●食に関する製作あそびをする。</p> <p>□さつまいもを収穫し、おやつや給食で食べる。</p> <p>◎三色食品群の分類方法を学ぶ。</p> <p>◆マナーを守って食事ができる。</p> <p>◆箸を正しく使う。</p> <p>※苦手な食べ物が半分は食べられるようになる。</p>	<p>●1年間の給食を振り返り、作り手に感謝する。</p> <p>◎行事や季節の食事に興味を持つ。</p> <p>◎リクエスト給食のメニューを考案する。</p> <p>◎体のしくみと食事との関係に興味を深める。</p> <p>【就学に向けて】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・給食着を着て配膳をする。 ・昼食時に紙パックの牛乳を飲む。
----------------------	---	--	---	---

●：食環境に関すること □：栽培に関すること ◎：知識に関すること ◆：マナーに関すること