

テーマ	ねらい	わくわくたべもの集会		家庭への働きかけ
		内容	使用媒体	
4月 食べ物を大切にしよう	感謝の気持ちを持って 食事を味わう <いのちの育ちと食>	/		●保護者用献立表
5月 手洗い上手になろう	手洗いの必要性がわかり、自分で上手に洗うことができる <食と健康>	①どのような時に手を洗っているか考える ②手を洗わないと汚れていることに気づく ③手洗いの大切さに気づく ④洗い残しやすい部分を知る	■手洗いチェッカー ■食育パネル 「手洗い」	●保護者用献立表 ●おやこシェアカード ✿行事食：こどもの日
		★ 食材クイズ：当日の給食食材		
6月 よく噛んでたべよう	よく噛んで食べ、進んで歯磨きしようとする <食と健康> <食と人間関係>	①自分がどのような噛み方をしているか思い出す ②よく噛んで食べると食べ物がおいしく感じられ、消化を助けるだけでなく、歯も丈夫になり、肥満防止になること等、噛むことの効果を知る ③食後の歯磨きの大切さを知る	■紙芝居 「きんぴらたろう」 ■エプロンシアター (歯磨き)	●保護者用献立表 ●おやこシェアカード ★ばくばくだより (保育園の食育紹介) ●うす味推進リーフレット/シンボルマーク“うすあじでおいしさはつけん” 掲示 ●食育月間ポスター掲示
		★ 食材クイズ：当日の給食食材		
7月 上手に食べよう大好きおやつ	好きな食べ物をおいしく楽しく食べる <食と健康>	①どのようなおやつを食べているか思い出す。 ②おやつは大切な食事の一部ということを知る ③おやつの選び方、食べ方を知り、楽しく食べる	■紙芝居 「おやつのじかんだよ」	●保護者用献立表 ●おやこシェアカード ✿行事食：七夕
		★ 菓子・ジュースに含まれる糖分量クイズ		
8月 朝ごはん元気いっぱい	朝ごはんを食べ、健康的な生活リズムを身につける <食と健康>	①今朝どのようなごはんを食べたか思い出す ②紙芝居を見て、朝ごはんの大切さを知る ③朝ごはんのパワーで3つのスイッチが入ることを知る	■紙芝居 「ありがとう！はやねはやおき、あさごはんマン」 ■3つのスイッチ	●保護者用献立表 ●おやこシェアカード ★ばくばくだより (朝ごはんの大切さと水分補給について)
		★ 食材クイズ：当日の給食食材		
9月 みんなで楽しく食べよう	楽しく食事をするために、必要なきまりに気づき、守ろうとする <食と人間関係> <食と文化>	①食事のマナーについて考える ②みんなで楽しく食事するには正しい食事マナーが大切なことを知る ③保育士と栄養士が正しい姿勢、食器の使い方と悪い姿勢、誤った食器の使い方をそれぞれ実演し、日々の食事で意識できるようにする	■紙芝居 「なかよしおはしのはーちゃんとしーちゃん」 ■実演 (保育士、栄養士) 「食べる際の姿勢と食器の使い方」	●保護者用献立表 ●おやこシェアカード ✿行事食：十五夜
		★ 食材クイズ：当日の給食食材		

食育月間

テーマ	ねらい	わくわくたべもの集会		家庭への働きかけ
		内容	使用媒体	
10月 うんちをだ していい気 持ち	毎日排便するなど、健康 な生活リズムを身につ ける <食と健康>	①普段どのようなうんちが出ているか、 思い出す ②どのようなうんちが良いのかを知る ③うんちを出すことのメリットと、出す ために必要な食習慣を知る	■紙芝居 「じゅんぺいのうん ち」	●保護者用献立表 ●おやこシェアカード ★ばくばくだより (早寝、早起き、うん ちについて)
		★ 食材クイズ：当日の給食食材		
11月 残さず 食べよう	自然の恵みと働くこと の大切さを知り、感謝の 気持ちを持って食事を 味わう <食と人間関係> <いのちの育ちと食>	①給食には様々な人が関わって出来て いることを知る ②食べ物を大切に、感謝の気持ちを持っ て食べる	■紙芝居 「きこえたね！ いただきます」 ■生産者について	●保護者用献立表 ●おやこシェアカード
		★ 食材クイズ：当日の給食食材		
12月 なんでも食 べて風邪予 防	自分の健康に関心をもち、必要な食品をとろう とする <食と健康>	①風邪を予防する食べ物や生活習慣（手 洗い、睡眠等）について話をする ②正しい手洗いの確認をする	■紙芝居 「かぜをひいたかば のこカバタン」	●保護者用献立表 ●おやこシェアカード ★ばくばくだより (冬野菜を食べて風邪 予防) 🌸行事食：冬至
		★ 食材クイズ：当日の給食食材		
1月 食べ物の仲 間と働き	食べ物の働きを知り、バ ランスよく食べようと する <食と健康>	①紙芝居後、パネルを用いて、食べ物ご とに働きと役割があることを知る ②体をつくり、動かすためにはバランス よく食べることが必要なことを知る ③好きな物だけを食べない	■紙芝居 「食べ物ランド」 ■食育パネル (食べ物グループ)	●保護者用献立表 ●おやこシェアカード 🌸行事食：正月・七草・ 鏡開き
		★ 行事食クイズ		
2月 おいしさを 味わう	食事を「おいしい」と感 じるには様々な要因が あることを知り、食事を おいしく食べようとす る <食と健康> <食と人間関係> <料理と食>	①「おいしい」と感じたことがあるか、 それはどんな時だったか思い出す ②「おいしい」と感じるのは口（味覚） だけでないことを知る	■紙芝居 「おいしいランドの たんけんたい」	●保護者用献立表 ●おやこシェアカード ★ばくばくだより (だしで味わう日本 食) 🌸行事食：節分
		★ だしの種類クイズ	■かつお節と昆布の ぬいぐるみ	
3月 体の中の ひみつ	食べ物の消化・吸収を知 り、自分の健康に関心を 持つ <食と健康>	①タネくんが体の中を冒険することによ り、食べ物がどのように体の中へ取 り込まれるのか、体の構造について知 る ②エプロンシアターを用いて振り返る	■紙芝居 「タネくんの体の中 のぼうけん」 ■エプロンシアター (消化)	●保護者用献立表 ●おやこシェアカード 🌸行事食：ひなまつ り・卒園
		★ 食材クイズ：当日の給食食材		

※この他に各保育園にてクッキング<料理と食>を実施

※食材クイズに使用する食材は、当日の給食にて提供する食材から選定します。