

# 令和8年度 たべて元気！わくわくたべもの集会年間計画（管理栄養士）

## 年間テーマ：五感を育む食育

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 楽しくたべよう	みんなで楽しく食べる ＜いのちの育ちと食＞ ＜食と人間関係＞	/		●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
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＞	①自分がどのように噛んでいるか、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、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） ●食育月間ポスター掲示
<b>食育月間</b>				
7月 上手に食べよう大好きおやつ	好きなおやつ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  ★菓子・ジュースに含まれる糖分量クイズ	■紙芝居 「おやつのじかんだよ」 ■おやつとジュースのサンプルとスティックシュガー	●保護者用献立表 ●おやこシェアカード ✿行事食：七夕
8月 朝ごはん元気いっぱい	朝ごはんを食べ、健康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朝ごはんを食べる習慣をつける	■紙芝居 「ありがとう！はやねはやおき、あさごはんマン」	●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）
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のマナーが大切なことを知る ③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 「いっしょがいいね」 ■実演（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

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 体の中のひみつ	食べ物の消化・吸収を知り、自分の体に関心を持つ <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 ★ばくばくだより (丈夫な骨を作る)  ✿ハロウィン
11月 おいしさを味わおう	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、食事に関心を持つ <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を思い出す ②「おいしい」と感じるのは口(味覚)だけでなく、においも必要なことを知る  ★ だしの種類クイズ	■紙芝居 「おいしいランドのたんけんたい」 ■かつお節と昆布のぬいぐるみ	●保護者用献立表 ●おやこシェアカード
12月 食べ物の仲間と働き	食べ物の働きを知り、いろいろな食品を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好きな物だけを食わない  ★ 当日の給食で使用する食材を働きごとに3色グループに分類する	■紙芝居 「食べ物ランド」 ■エプロンシアター (食べ物グループ)	●保護者用献立表 ●おやこシェアカード ★ばくばくだより (5大栄養素)  ✿行事食：冬至・クリスマス
1月 なんでも食べて風邪予防	自分の健康に関心を持ち、苦手な食品も食べようという意欲を持つ <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  ✿行事食：正月・七草・鏡開き
2月 食べ物を大切にしよう	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 「おやおやもったいない」 ■生産者について	●保護者用献立表 ●おやこシェアカード ★ばくばくだより (地産地消)  ✿行事食：節分
3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」 ■うんちのイラスト	●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

※この他に各保育園にてクッキング<料理と食>を実施