

3. 保育所における食育プログラムの実施内容と評価、改善

1) 子どもへの食育

(1) 給食調理員との連携

<0・1歳児>


① ねらい

- ・ お腹がすき、給食・離乳食を喜んで食べ、心地よい生活を味わう。
- ・ 作ってくれる人、食べさせてくれる人に関心を持ち安定した人間関係の中で心地よい生活を送る。

② 内容

- ・ 離乳食や給食を調理員が食べさせてくれる。又、食べている状況や様子を見に来てくれる。

③ 活動の実際、実施の記録

月 日	子どもの姿	働きかけと配慮
4月16日(月)	・初期食から中期食へ移行し、舌を上下に動かしてつぶしながら無理なく食べた。	・天気の良い日は個々の生活リズムにあわせて外気に触れて心地よさを感じるようにしている。 ・日頃から調理員と声を掛け合ったり顔を見せて親しみを持てるようにしている。
7月20日(金)	・中期食3名、後期食2名が調理員の見守る中で保育士に食べさせてもらう。調理員の声かけに笑顔を見せた。	・中期食に移行した子ども達に「モグモグ」声かけをする。 ・白衣を見て固まってしまうたり緊張してしまうのでエプロンをつけてもらう。
11月16日(金)	・Sちゃん、初期後半を調理員に食べさせてもらう。歯が少し出始めていたため、おかゆを吹き飛ばしたり、野菜を舌で押し出してしまった。	・人見知りで泣いてしまうため保育士がそばについて安定を図る。機嫌のよいときに食べさせてもらう。
2月25日(月)	・Mちゃん、中期食から後期食に移行。 	・人見知りで緊張してしまったため、保育士も調理員のそばで一緒に介助する。

④ 評価・反省

給食や離乳食を作るだけでなく実際に食べているところを見に来てもらい、離乳食を移行したときや新入児が入所した時等も食べさせてもらいました。子どもの食べ方や食材の大きさ、切り方、やわらかさ、量などが個々の子どもの成長に合っているかを見もらうことでさらに工夫していただき食に対して意欲を持つようになりました。

毎日、離乳食献立実施記録に喫食状況を記入して給食室に提出。個々にあわせて形態を変えてもらい翌日につながっています。

又、調理員と日頃から声を掛け合って子どもと触れ合う機会を持つようにしたが、人見知りの時期は泣いてしまう子どももいました。



保育ウイークや地域交流時など地域のお母さんや保護者の方に実際の離乳食の段階を見ていただきました。保護者に対しては連絡帳で毎日食べている様子などを記入したり送迎時に言葉で伝えることで安

心し、信頼関係を築くことができました。毎月、調理員と事務室と保育士で献立表や給食に関する話を話し合い、子どもの食事に対して前向きに取り組むことができました。

(2) 給食調理員との連携

< 2歳児 >

- ① ねらい
 - ・ 調理してくれる人の存在を知り、関わりの中で食事に興味を持ち食べる。
- ② 内容
 - ・ 調理員と関わる機会を作り、存在を知り交流を深める。
- ③ 活動の実際、実施の記録

月 日	子どもの姿	働きかけと配慮
7月5日(木) 手洗い指導	<ul style="list-style-type: none"> ・ 担任とは違う人の話を興味深く聞いていた。 ・ 指の間、爪先の洗い方などは、今まであまりやっていたことがなく、印象に残った様子。以降、会話が聞かれたり、実際の手洗いで確認しながら行う姿も見られた。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 初めての関わりとなるため、給食やおやつを作ってくれている人として紹介する。 ・ 実際に手を動かしながら、一通り手本を見せる。 ・ 子どもが手を洗う場につき、手洗いの仕方をその場で知らせる。 ・ 継続して行えるように、担任も声をかけながら、手洗いについて確認をしていく。
9月14日(金) 食材紹介	<ul style="list-style-type: none"> ・ 実際の食材を見ながらだったので、話をよく聞いていた。 ・ パネルシアターなどでなんとなくの知識はあったが、実際の作り方を聞き、保育園のカレーには牛乳やりんごも入っていることを知る。また、その事が印象的だったようでその後の遊びで取り入れられたり、会話が多く聞かれた。 ・ 実際に出来上がったカレーを見て、りんごの果実を探したり、りんごの味がするかを味わってみる姿が見られた。 	 

④ 評価・反省

調理員がクラスに入って子どもと関わることで「給食の先生」という存在を知り、また、自分達の食事を作ってくれるという事も理解し、親近感も持てました。白衣姿の人を見かけると「給食の先生」と声を出すことが多くなりました。また、食事時に調理員が来ると、おかわりを要求したり話しかけたりすることも多くなりました。食を通じて人との関わりが広がったことが感じられたので、今後も調理員と関わる機会を多く設けていきたいと思えます。

(3) グループクッキング

〈5歳児〉


① ねらい

- ・友だちと一緒にクッキングすることを楽しむ。
- ・様々な野菜に触れ、その型や色、香りの違いに気づく。
- ・自分が下ごしらえした野菜を食べてもらう喜びを味わう。
- ・調理器具の扱いに慣れる。

② 内容

- ・毎週月曜日にグループごとに調理の下ごしらえ(主に野菜の皮むき)を行う。
- ・一グループ、5~6人。少人数なので会場は事務室を使う。
- ・ランチルームの当番とは違う色のエプロンを準備し、区別するようにする。
- ・担任がつける時は担任が見守るが、主には園長、副園長、地域担当が子どものそばで見守るようにする。

③ 活動の実際

時間	子どもの姿	働きかけと配慮
8:45~9:00	<ul style="list-style-type: none"> ・手洗いをし、エプロン、帽子をつける。 ・事務室に移動。手を消毒する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・手洗いが確実にされているか確認する。 ・事務室のテーブル、その周辺を消毒する。 ・子どもの手の消毒を行う。 ・調理室より野菜、皮むき器をもってくる。
9:00~9:15	<ul style="list-style-type: none"> ・皮むき器で野菜の皮むきを行う。 	<ul style="list-style-type: none"> ・皮むき器の持ち方、野菜のおさえ方を伝える。
9:15~9:30	<ul style="list-style-type: none"> ・下ごしらえが終わった野菜と、皮むき器を調理室に運ぶ。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ゴミなど落ちていないか確認し、片付ける。
8月6日 びよちゃんの星グループ	 <ul style="list-style-type: none"> ・「今日からグループクッキングが始まるんだよね。」と朝からソワソワしている。 ・「いつものエプロンと色が違うんだ。」と新しいエプロンをつけるのを喜んでいる。 ・皮むき器を持ち、にんじんの皮をむく。「うまく持てない！」とにんじんの持ち方が不安定な子が多い。 ・終了すると「これでもう終わり？」と、もつとやりたそうな子もいる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・グループクッキングが始まるので、登園が遅くなりしがちな保護者には早めに登園するように声をかける。 ・「グループクッキングの時は緑色のエプロンをつけてね。」と声をかける。 ・皮むき器や野菜の持ち方が不安定な子には持ち方を教える。 ・次の機会に期待を持たせるように声をかける。

10月15日 ファイアーグループ	<ul style="list-style-type: none"> ・「今日やるの?」とやる気のない子もいる。「やろうよ。やらないと、みんなが食べられないんだよ。」と声をかけられると、「そうか。」と納得している。 ・前回行った時に皮むき器の持ち方が不安定だった子が「皮むき上手になったでしょ。」と誇らしげにしている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・意欲が持てない子にも楽しさを伝えるような声をかける。 ・上手に皮が持てるようになった子を誉めて認めてあげる。
11月19日 そらグループ	<ul style="list-style-type: none"> ・給食の時間に他クラスの子に「今日ぼく達が皮をむいたにんじんが入ってるんだよ。」と教えている姿が見られる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・グループクッキングで皮をむいた野菜が給食の中に入っていることを他のクラスの子ども達にも伝える。
2月4日 ももグループ	<ul style="list-style-type: none"> ・体調がすぐれずなかなか登園できない子が始めてグループクッキングに参加。「皮むきできる?よかったね、皮むきできて。」と一緒に参加できることを喜んでいる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・初めてクッキングに参加する子に、皮むき器の持ち方など丁寧に伝える。
2月12日 メロングループ	<ul style="list-style-type: none"> ・欠席者が多く二人でのクッキングとなる。「今日は二人だけど大丈夫だよ。もう上手になったからがんばれるよ。」と少ない人数でもがんばっている。 	<ul style="list-style-type: none"> ・「二人だけどがんばってね。」とはげます。

④ 評価・反省

5～6人と少人数の子ども達が参加しているので、会話を交わしながらじっくりと取り組むことができ、グループ内でのつながりが深まってきています。「ここまだ皮が残っているよ。」「もうむけたからもう1本やってあげる。」と子ども同士で認め合ったり、助け合う姿も後半見られるようになりました。少人数でのクッキングであるからこそ、保育士も子ども達の発見や驚きにすばやく応えられ、次への活動への期待をふくらませることもつながったようにも思います。また、何度か繰り返すことで、皮むき器の使い方にも慣れ、自信をもって参加している子が増えてきました。今後もこの活動を続け、友達同士のむすびつきを強め、食への関心を高めていけたらと思います。

(4) クッキング

今年度は昨年度に引き続き、子ども達が自分で作った季節の野菜の美味しさを味わったり、友だちや保育士と楽しんで調理する経験をつめるよう、クッキングの計画を立てました。年間計画を立てる際には各クラス、年齢に応じたねらいを立て、メニューや手順を工夫しました。実施の際には安全、衛生面に十分に配慮し、実施後子ども達にとって“ねらい”が達成できたかどうかを反省、評価するよう心がけました。

① 平成19年度クッキング保育年間計画と評価(幼児)

	ねらい	内容	評価
5歳児	<ul style="list-style-type: none"> ・保育士や友だちと一緒に調理することを楽しみながら、調理器具の使い方や安全で衛生的な調理法を身につける。 ・食べ物の種類や働きと自分の体に必要な栄養に気づく。 ・調理中や食事場面で食材や食べ方について話題にして、食べ物への関心が深まる。 ・様々な食材に直接触れたり扱ったりして、驚いたり感動する 	7月 夏野菜カレー * わかな会 10月 手作りふりかけ 12月 ホットケーキ 3月 クッキー (お別れクッキング) * 毎月曜日グループクッキング(皮むき等)	<ul style="list-style-type: none"> ・クッキングをすることを楽しみに待ち調理することだけでなく準備から意欲的に参加し、友だち同士の会話もはずんでいた。手洗いは「親指のまわりもよく洗うんだよね」と子どもたちの方から口にするほど習慣づいている。 ・一回目のクッキングでは指に怪我をする子が多かったがグループクッキングで野菜の皮むきを続けたことで皮むき器の扱いに慣れ上手にできるようになった。 ・野菜の形や色の違いや香を感じながら、クッキングを楽しむことが出来た。
4歳児	<ul style="list-style-type: none"> ・集中して話を聞き、聞いたことを行動に移す。 ・友だちと協力して作り上げる楽しさを知る。 ・包丁や火を実際に使うことで何が危険なのかを知り、気をつける。 ・地域の方に関心を持ち関わりを広げる。 	10月 ポップコーン 12月 ホットケーキ 1月 すいとん * おもいあいネット	<ul style="list-style-type: none"> ・クッキングの中では、注意点や作り方を良く聞いていた。少人数のグループで作業を行ったが「次はこうだよ」「こうやったらいいんじゃない」とリーダーシップをとる子どもについていく子がいた。 ・包丁の持ち方や扱いは、慣れている子もいて家での経験等がある子どもが多いことが分かった。包丁を置く時や交代する時に乱雑になってしまうことがあり気をつけていきたい。 ・地域の方とは“また、来てね”“まだ行かないで”等の言葉も聞かれ、よいふれあいの機会となった。
3歳児	<ul style="list-style-type: none"> ・食べ物に興味を持ち、クッキングに意欲的に参加する。 ・自分で作る楽しさやみんなと食べる楽しさを味わう。 	10月 おにぎり 11月 さつまいもチップス(収穫したもの) * わかな会 1月 おだんご	<ul style="list-style-type: none"> ・子ども達は興味を持ち、意欲的に参加できた。クッキングで作ったものを家族と一緒に作った子どももいて楽しかった様子が伺えた。 ・内容については発達に合った無理のないものを計画し、特におだんご作りでは、園庭あそびの泥だんご作りで、年間を通して遊んでいたため、興味も一層高まり良かったと思う。

② 平成19年度クッキング保育年間計画(乳児)

	ねらい	内容	評価・反省
2歳児	・自分で作ることで、食べ物や食材に興味を持つ。(調理に参加することで)	7月 とうもろこしの皮むき 10月 サンドイッチ作り 1月 ラップおにぎり	・クッキングといっても火や包丁は使わず、子ども達が出来ることによって計画を立てた。 ・はさむ、握る等、給食を利用して短時間で行った。 ・調理に参加した事で、いつもより食も進みよく食べていた。
0歳児	・おいしく楽しく食べる。 ・食材を見る、触れる、味わう等の経験をとおして自分で進んで食べようとする。	8月 アイスクリーム トッピング 9月 食パンバターサンド イッチ(マーガリン) 12月 クリスマスケーキ デコレーション	・年齢に即した内容で無理なく出来た。事前に関連した絵本などで導入を行ったり、材料を一通り見せたり子どもが自ら興味を持って見られるような働きかけを行った。12月のトッピングは飾り付けされていく様子に目を輝かせていた。いざ自分の番になると、とても嬉しそうな表情をしていた。「楽しく食べる」というねらいで行ってきたが、クッキング時の嬉しそうな子どもの様子や「おいしい?」「うん!」等の会話から興味を持って楽しんで食べる事が出来た。今後も職員が介助しながら無理なく子どもが参加できる取り組みを衛生面に十分気をつけて検討していきたい。

③ 成果・今後の課題

子どもが実際にクッキングをすることにより食材への興味や関心が高まり、自分で作った物を食べることの楽しさや「おいしい!」と心から感じて、食を味わう楽しさを知り、苦手なものも食べてみようとする姿が見られました。調理員、地域のわかな会、おもいあいネットの方々と触れ合い、子どもたちの「またきてね」「おいしかった」等の会話や笑顔を見られ感謝の気持ちが芽生えたように思います。作る喜び、収穫の喜びを味わい子どもたちの感性も育っています。

各家庭にはホワイトボードや写真入りコメントで楽しかったクッキングの様子を伝えました。今後も安全面や衛生面に気をつけ年齢や発達に合った楽しいクッキング保育に取り組んでいきたいとおもいます。栄養士のアドバイスやコメントも聞かれるような報告書も検討していきたいと思ひます。

調理保育計画書

<実施クラス:0, 1歳児>

メニュー :デコレーションケーキのクリームしぼり

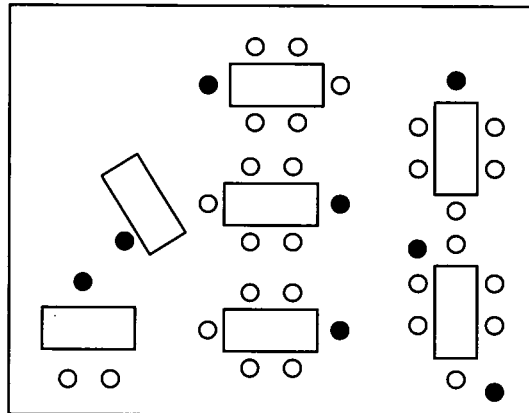
目的 :保育士と一緒にクリームしぼりを楽しみ、おいしく食べる

日時 :12月25日(火)午後3:00~3:30

実施場所 :赤保育室

保育室

<準備するもの>
 クリームしぼり
 手指消毒液
 ペーパータオル



● 保育士
 ○ 子ども

流れ

時間	子どもの動き	職員の動き・働きかけ・配慮
2:50		<ul style="list-style-type: none"> ・ テーブル、いす等の準備 ・ テーブルをピーラックスで拭き清潔にする ・ 水道につき手洗いの介助をする
3:00	<ul style="list-style-type: none"> ・ 手を石けんでよく洗い、一人一人アルコール消毒をする ・ 自分の椅子に座る ・ 保育士の話を聞く ・ 保育士が見本を行う様子を見る ・ 保育士と一緒にクリームしぼりを行う ・ 作ったものを食べる 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 手あそび等で導入をし、これからクリームしぼりをする話を話す ・ 子どもたちの前で見本を行う ・ 各テーブルに保育士がつきケーキを配膳する ・ 子どもたちの補助を行う ・ 子どもたちの介助をしながら一緒に食べる



※ 準備として(全クラス共通)

調理器具(ボール、菜ばし、木べら)は午後2時までに調理室に運び消毒してもらいます。

平成19年度調理保育報告書及び食育実践記録

園長	副園長	担任
野呂	西村	矢口

上矢部保育園

日時	平成19年12月25日(火)		午前	～	午後 3:00	～3:30
メニュー	デコレーションケーキのクリームしぼり					
目的	保育士と一緒にクリームしぼりを楽しみ、おいしく食べる。					
実施クラス	赤(0、1歳児)組		実施場所	赤組保育室		
人数	子ども	27名	大人	8名	合計	35名
	子どもの動き・状況			職員の配慮		
	<ul style="list-style-type: none"> ・手洗いをし、椅子に座ってから食事用エプロンをつける。 ・一人一人の手をアルコールで消毒する。 ・保育士の話聞きながらケーキにクリームをしぼる様子をよく見る。 ・各テーブルで保育士と一緒にクリームしぼりを行う。 ・0歳児は、保育士が目の前で作ったものを手づかみで口へ運び意欲的に食べていた。 ・1歳児は「自分も」と自分の番を楽しみに待っていたり、真剣な顔でクリームをしぼる姿がみられた。 ・皆おいしそうに食べ、おかわりを欲しがっていた。 			<ul style="list-style-type: none"> ・椅子、テーブルを準備し、ピューラックスで拭く ・これから行うことを話した後、ケーキを見せ子どもたちの前でクリームをしぼる。 ・ケーキを配膳し、各テーブルに保育士がつくようにする。 ・側につき、子どもたちのクリームしぼりの介助をする。 ・0歳児は子どもたちの前で保育士が行うようにした。 ・おかわりはなかったが、「たのしかったね」等の声かけをし満足できるよう配慮した。 		
効果	<ul style="list-style-type: none"> ・実施内容が年齢にあっている ・前日の準備は出来ていた ・当日の消毒等の準備は出来た。(身支度も含め、エプロン、三角巾など) ・家庭での食に対する態度の変容、普段の生活全般の変化や食事面について食べ物の変化は反応をまっている状況である。 		①、はい	2、いいえ	3、その他	
			①、はい	2、いいえ	3、その他	
			①、できた	2、できない	3、その他()	
考察	<ul style="list-style-type: none"> ・クリームをしぼるということだけでなく、クリーム感触や冷たさにも興味を示している様子であった。調理器具を使用しない簡単なものだったので、子ども達も楽しめ、年齢に合ったクッキングができたと思う。 ・自分のケーキを保育士にみせてくれるなど嬉しそうに食べていた。 ・配膳をしてから順番にクリームしぼりを行ったため、待てずに食べたがる子が多かった。クリームを小さいもので数を増やしたり、始める時間をテーブルごとでずらす等の工夫が必要だった。 					

調理保育計画書

<実施クラス:4歳児>

メニュー :すいとん

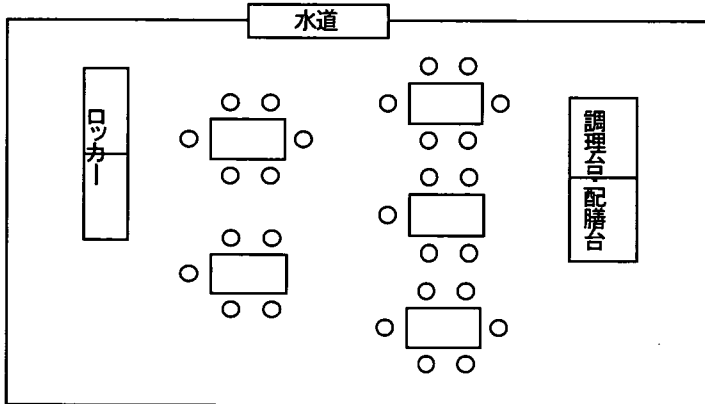
目的 :すいとん作りに興味を持ち、楽しんで作って食べる。
地域の方、栄養士とのふれ合いを楽しむ。

日時 :1月18日(金)午前 9:00~11:00

実施場所 :白組保育室

<準備するもの>

- ・小麦粉
- ・大根
- ・人参
- ・油揚げ
- ・白菜
- ・さいばし
- ・スプーン 5本
- ・ボール 5個
- ・ざる 5個
- ・まな板 5個
- ・包丁 5個
- ・ガスコンロ2台
- ・鍋 2個
- ・消毒液
- ・ペーパータオル
- ・おわん 33個



流れ

時間	子どもの動き	職員の動き・働きかけ・配慮
9:00		<ul style="list-style-type: none"> ・ 水まわり、テーブル、イス等の消毒 ・ 材料、調理器具の準備
9:15	<ul style="list-style-type: none"> ・ エプロン、三角巾をつける。 ・ 手洗い。ペーパータオルで拭く。 ・ 手、指の消毒 	<ul style="list-style-type: none"> ・ エプロン、三角巾の介助。 ・ 洗い残しがないようにチェックする。 ・ 消毒を確実にする。
9:40	<ul style="list-style-type: none"> ・ 5グループに分かれて座る。 ・ 話を聞く。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 栄養士、思いあいネットの方の紹介をする。 ・ 手順、注意することを話す。
9:50	<ul style="list-style-type: none"> ・ 栄養士、思いあいネットの方、保育士と一緒に各テーブルで野菜の皮むき、切る作業を行う。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 野菜を各テーブルにふりわけて、皮むき、切る作業の際にけがのないよう、介助する。
10:10	<ul style="list-style-type: none"> ・ 野菜を鍋に入れ、煮る作業を見る。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 調理台のガスコンロの火をつけ鍋を設置する。 ・ 野菜を煮る。
10:20	<ul style="list-style-type: none"> ・ 各テーブルで、小麦粉に水を入れてすいとん作りをする。(混ぜる) ・ 各テーブルごとに調理台で、すいとんを入れる。スプーンですくって鍋に入れる。 ・ 煮ている間に、話を聞く。 ・ 給食の他のメニューと一緒に食べる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 小麦粉を各テーブルにふりわける。 ・ すいとんを鍋に入れる際、けがのないよう介助する。 ・ 栄養士、思いあいネットの方に、野菜の栄養について話をいただく。
11:00		<ul style="list-style-type: none"> ・ できあがったら配膳する。

平成19年度調理保育報告書及び食育実践記録

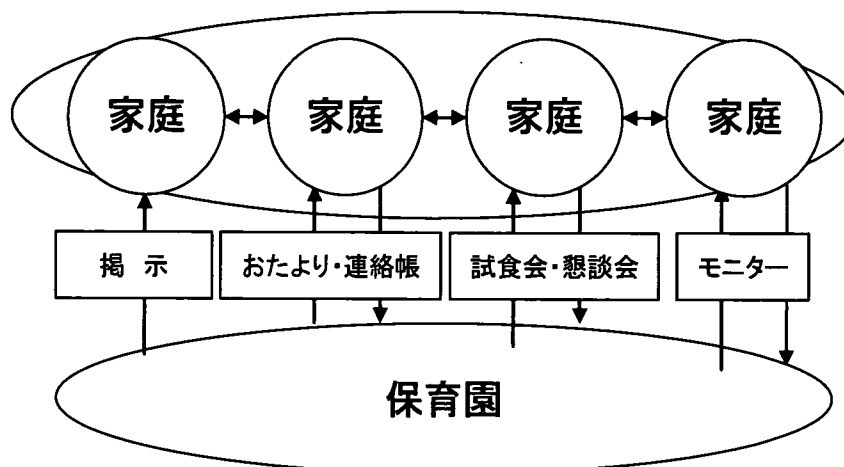
園長	副園長	担任
野呂	西村	加藤

上矢部保育園

日 時	平成20年 1月 18日 (金) 午前 9:00 ~ 11:00 ・ 午後 ~	
メニュー	すいとん	
目 的	すいとん作りに興味を持ち、楽しんで作って食べる。地域の方、栄養士とのふれ合いを楽しむ。	
実施クラス	しろ組(4歳児) ・ 実施場所 黄組(3歳児)保育室	
人 数	子ども 26名 大人 8名	合計 34名
	子どもの動き・状況	職員の配慮
9:00	・エプロン、三角巾をつけ、手指を消毒して保育士の話、説明を聞く (5グループに分かれる)	・三角巾、エプロンつけの介助をし、消毒の介助と確認し地域の方の紹介、栄養士の紹介をして、一緒に作ることに、作り方の説明をする。
9:40	・野菜を切り始める。一人ずつ大人と一緒に切ったり、一人で切る、押さえ手を切らないよう注意して切る。 ・切った野菜を前に用意された2つの鍋に入れる。 ・小麦粉に水を入れて混ぜる。 ・各テーブル毎、一人ずつスプーンで鍋にすいとんを入れる。 煮える様子を見る。 ・できあがったすいとんと、他の給食を食べる。	・包丁の使い方、注意点を話し切っている児、見ている児にも配慮し、一緒に切ったり見守ったりする。 ・次の行程の説明をし、どうなっていくのか等話をする。 ・小麦と水を配り、混ぜる様子を見守る。 ・鍋は熱いので気をつけるよう声をかけ、次の人にボール、スプーンをわたす際は直接わたす様声をかける。また、様子を見ている子にもやけどがないよう配慮する。 ・使い終わった器具を片付けながら給食を用意している間、どんな味になるか想像してみたり、話をした。
効 果	<ul style="list-style-type: none"> ・実施内容が年齢に合っている ・前日の準備は出来ていた ・当日の消毒等の準備は出来ていた(身支度も含め、エプロン、三角巾など) ・調理器具の取り扱い方について ・家庭での食に対する態度の変! ・普段の生活全般からどのように変わったか(すいとんは、普段の経験の中で、食べたことのない子が多く新しい体験をした子が多かったのがわかった。) ・食事面について食べ物の変化はあったか(あまりおかわりのしない子も何度もおかわりをし鍋2つ完食した) 	<ul style="list-style-type: none"> ①、はい 2、いいえ 3、その他 1、はい 2、いいえ ③、その他(当日足りない器具があった) ①、はい 2、いいえ 3、その他 ①できた 2、できない 3、その他 1、食べ物を話題にする ②、食に対して意欲的になった 3、すすんでお手伝いをする ④その他(家でもすいとんを作ろうと頼んでいた)
考 察	<ul style="list-style-type: none"> ・子どもたちの行程と行程の間に待ち時間がたっぷりあり、話をしたり、本を読んだりしたが地域の方が積極的に子どもたちとの遊びを楽しみ、ゲームをしたりしていて、待ち時間も楽しく過ごせていた。待ち時間が予想以上に多かったのは、反省である。 ・小麦をまぜる行程は、先月ホットケーキを作っていたので、粉をとばさず、子ども自身で上手に行っていた。 ・包丁の使い方が上手で普段から手伝いで使っていることを感じさせられた。 ・地域の方とのふれ合いは、よい経験となり、「また絶対来てね」「まだいけないで」との言葉が聞かれた。 	

2) 在園児の家庭との連携

保育園から「掲示」「おたより・連絡帳」「試食会・懇談会」を通して、家庭へ発信します。家庭は、それらの情報を受け取り、保育園に連絡帳や試食会、懇談会、日々の送迎時で返してきます。保護者の食育モニターは家庭での姿を保育園を通して、他の家庭に向けて発信します。家庭と家庭とが互いに情報を交換し、影響を受け合うこともあります。



(1) 掲示

① ねらい

- * 食育に関するさまざまな情報をわかりやすく掲示し、子どもが食に対する興味、関心を持つ。また、保護者を掲示コーナーに誘うことにより、親子で家庭の食事を考えてもらう場とし、「食の大切さ」「食べる楽しさ」を伝えていく。
- * 子どもの育ちの姿を写真や言葉で視覚的に表して掲示することで、保護者に保育(食育)に関心をもってもらい、子どもの育ちを保育園と家庭とが共有、共感する。
- * 栄養士からの献立のねらいや、食材についての声を毎月掲示することで、日々食べている給食に関心をもつ。
- * 食育モニターとして家庭での食事の様子、お手伝いの様子、食事を通しての家族との関わりなどを写真とコメントで紹介することで、子どもたちが食事に関わろうとする気持ちを持つ。また、他の家庭での食事に関心を持ってもらい、家庭での食育の参考にしてもらう。

② 活動の実際

<食育コーナー>

内容	方法	保護者と子どもの姿
職員のおすすめレシピの掲示と提供 (写真①)	<ul style="list-style-type: none"> ・ 職員が家庭で作っている簡単でおすすめレシピを、料理の写真と一緒に紹介する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 職員の写真も載っているため子どもも楽しみにしていて、よく見ている。また、子どもからの働きかけで持ち帰る家庭もある。
モグパクレシピ給食・おやつレシピ提供	<ul style="list-style-type: none"> ・ 子どもがよく食べ、調理が簡単なメニューを、主菜・副菜・おやつの中から4品選び、写真とレシピを掲示する。 ・ 過去のレシピはファイルにしていつでも取り出せるようにしておく。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 「子どもも保育園の給食が好きなので、参考になる」との声があった。 ・ レシピのプリントを手にとって持ち帰る姿も多く見られる。

内容	方法	保護者と子どもの姿
献立のねらいの掲示 “季節を食べよう” (写真—②)	・ 保育課の栄養士から毎月送付される献立表に書かれている栄養士からのねらいを画用紙に書いて掲示する。	・ 給食に取り入れられている旬の食材の絵を指差しながら子どもと会話している姿が見られた。
行事の食事	・ 保育課の栄養士から毎月送付される、その季節ならではの、メニューの解説を拡大コピーし、イラストには色塗りをして掲示する。	・ 「親も知らないことが書いてあり、食事中的話題づくりにもなり、とても参考になった」との声があった。
給食室への Q&A の設置	・ 保護者からの給食室への質問事項を用紙に書いて、質問箱に入れてもらい、給食調理員が答える。	・ 多くは給食メニューのレシピのリクエストであるが、直接、給食調理員からの返事が返ってくるのが好評であった。
《特集》		
季節の果物(6月) あなたはパン派？ごはん派？	・ 食育情報誌の中から、テーマを選び、印刷、色塗りをして掲示した。	・ 送迎時に、子どもと一緒に足を止めて見る姿があった。
栄養士の仕事(6月) (写真—③)	・ 給食の献立が決まり、子どもたちの口に入るまでの経緯をイラストつきで解説し、掲示する。	・ イラストが描いてあるため、子どもが目留め、保護者に呼びかける姿が見られた。
試食会情報(6月)	・ 6月に行われた給食試食会での、保護者からの声と、酒井先生(※)からの講演会での話の内容をまとめた掲示を行った。 ※酒井治子先生・・・東京家政学院大学助教授。上矢部保育園の食育について、ご指導いただいている。	・ 試食会・講演会に参加できなかった保護者も、掲示された保護者からの声を興味深く読む姿が見られた。また、他クラスの感想を読むことで情報を得ることができた。
主食提供後の子どもの姿 (7月) (写真—④)	・ 6月から始まった主食提供後の3・4・5歳児の子どもたちの様子を写真付きで掲示した。	・ 主食の提供の仕方や子どもたちの思いなども取り入れた内容にしたので、足を止めてよく見ていた。
離乳食について(11月) (写真—⑤)	・ 離乳食を作る上での一工夫や進め方の目安を掲示し、同じものの縮小版を自由に持ち帰れるようにする。	・ 保育ウィーク期間に合わせて掲示したため、地域の方の持ち帰りも目立った。 ・ 保育ウィーク中は離乳食の実物も展示したため、より興味を持っていた。

内容	方法	保護者と子どもの姿
食育講演会(11月) (写真—⑥)	・ 『家族のコミュニケーションは食事をおいしくする』『食を通して子どもの成長』をテーマに酒井先生の講演会を行い、そのときの保護者の声を掲示した。	・ 『味付け・食材』『お手伝い』『雰囲気作り』と、テーマ別に掲示したため、保護者も見やすく、当日参加できなかった方も、よく見ていた。
〇〇家の食卓(11月) (写真—⑦)	・ 各家庭でのちょっとしたアイデアや裏技を募集し、掲示した。	・ 色々な家庭のメニューが参考になり、レシピを持ち帰っていた。
おせち料理と七草がゆ(1月) (写真—⑧)	・ おせち料理と七草がゆについて、いわれや内容を子どもの手の届く高さに仕掛けつきで掲示する。	・ 自分の手でめくって答えを見たり、すごろく形式になっていたりする仕掛けに、子どもが楽しみながら、保護者を呼び、一緒に足を止める姿が多く見られた。
節分(2月) (写真—⑨)	・ 節分についての由来と、大豆についての掲示をする。	・ 実際に触りながら見ることのできる掲示は、子どもも保護者も興味を引き、よく見ていた。
試食会情報(2月)	・ 保護者が給食試食会に参加した時に書いてもらった感想を各クラスに掲示した後、全クラス分をまとめて食育コーナーに貼りだした。	・ 一箇所にまとめたことにより見やすくなり、保護者の関心も増え、足を止める姿が多く見られた。
食育アンケート集計結果 (3月予定)	・ 2月に各家庭に食育アンケートを配布し、その結果をわかりやすく掲示する。	

<モニター>

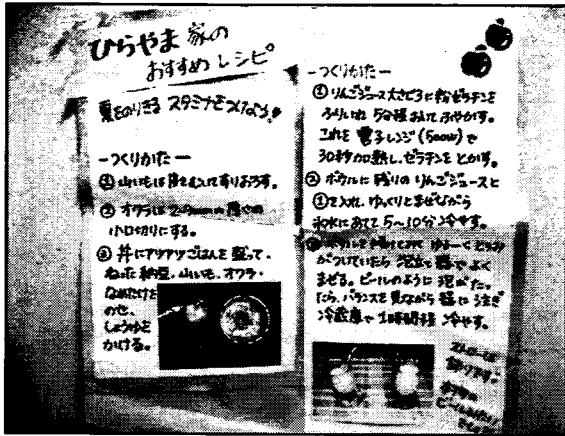
年齢	テーマ	内容・様子	保護者と子どもの姿
5歳児	プリン作り	・ 卵をわる、材料をかき混ぜる、プリンの形に入れる様子	・ 母親が補助しながら一緒に作っている。
3歳児	野菜の栽培 コロッケ作り	・ ブロッコリーを育て、水やりをしている様子 ・ 包丁を使って材料を切る、コロッケをまるめる様子	・ 母親・弟と一緒に作っている。
3・5歳児 (姉妹)	パパの誕生日	・ ケーキのトッピング、油揚げにご飯をつめていなりを作る様子	・ 父親に喜んでもらうことを目的に料理に挑戦している
1・5歳児 (兄妹)	シュウマイ作り	・ 包丁で材料を切る、材料を混ぜ合わせる、シュウマイを包む、盛り付けをする様子(5歳児) ・ トッピングのとうもろこしの皮をむく(1歳児)	・ 母親が補助しながら、いとこと一緒に作っている。
3歳児	ゴーヤチャンプルー・コロッケ作り	・ 包丁で材料を切る、卵をわる、材料をフライパンに入れて木べらで炒める様子。食器の片付けの様子。	・ 子どものやりたい気持ちを尊重し、できるだけ挑戦させている。

年齢	テーマ	内容・様子	保護者と子どもの姿
3歳児	ハンバーグ作り お手伝い	<ul style="list-style-type: none"> 卵をわる、ハンバーグのたねをこねる、ハンバーグを丸める様子 自分の洗濯物をたたむ、ハンガーにタオルを干す様子。 	<ul style="list-style-type: none"> 家庭で母親と子どもの役割が決まっている。(卵をわるのは子どもに挑戦させている)
1・5歳児 (兄妹)	たこ焼き作り	<ul style="list-style-type: none"> 材料を切る、混ぜ合わせる、たこ焼き機に油を塗る、串でひっくり返す様子(5歳児) 箸を使って食べる練習の様子(1歳児) 	<ul style="list-style-type: none"> 母親が補助をしながら作り、家族全員で食べている。
2歳児	ピザ作り	<ul style="list-style-type: none"> ピザ生地に材料をトッピングする様子、箸を使う様子 	<ul style="list-style-type: none"> 無添加のパンを食べさせたいという思いで、生地を母親が作り子どもにトッピングさせている。
0歳児 (写真—⑩)	食事の様子	<ul style="list-style-type: none"> 食卓の様子 	<ul style="list-style-type: none"> 父親と一緒に食べ、父親が介助している。
1歳児 (写真—⑩)	食事の様子	<ul style="list-style-type: none"> スプーン・フォークを使って食べる様子 	<ul style="list-style-type: none"> 自分で食べる意欲を尊重している。
0歳児 (写真—⑩)	食事の様子	<ul style="list-style-type: none"> 食卓の様子 	<ul style="list-style-type: none"> 家族みんなで食事をしている。父親が食事の介助している。
0歳児 (写真—⑩)	食事の様子	<ul style="list-style-type: none"> 手づかみで食べている様子、家庭での0歳児の食事内容の紹介。 	<ul style="list-style-type: none"> 家族みんなで食事をしている。自分で食べる意欲を尊重している。
5歳児	家庭菜園	<ul style="list-style-type: none"> マンションのベランダでスナックエンドウやパンジーなどの花を育てている様子 	<ul style="list-style-type: none"> 父親と一緒に水撒きし育てている。
3歳児	大根の煮物・レンコンのきんぴら作り	<ul style="list-style-type: none"> 大根の皮むき、包丁で大根を切って切り込みを入れる様子。 柚子をすってきんぴらの味噌を作る、レンコンを炒める様子 	<ul style="list-style-type: none"> 母親が補助をしながら一緒に作っている。
4歳児 (写真—⑪)	味噌作り	<ul style="list-style-type: none"> 大豆をつぶし、まるめる、かめにいれる様子。一年後かめからタッパーに入れ替える様子。 家族全員で食事をする様子 	<ul style="list-style-type: none"> 今までは母親が作っていたが、弟が生まれたことをきっかけにお手伝いに挑戦した。
3歳児 (写真—⑫)	ハンバーグ作り	<ul style="list-style-type: none"> ハンバーグのたねをこねる、まるめる、ホットプレートに油をひいて焼く、フライ返しでハンバーグを返す様子 	<ul style="list-style-type: none"> 父親・妹と一緒にお手伝いをしている。
5歳児	ケーキ作り	<ul style="list-style-type: none"> 材料を混ぜる、かたに入れる、オーブンに入れて焼く、チョコペンでトッピングする様子 	<ul style="list-style-type: none"> 父親を喜んでもらうことを目的に作っている。

《食育コーナー写真》

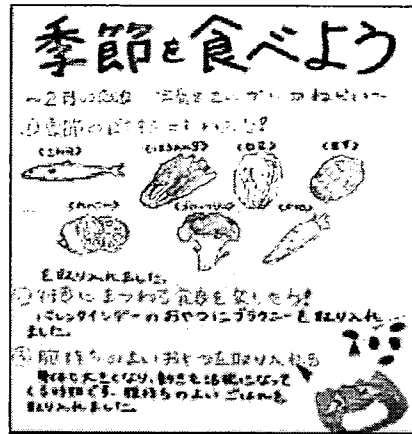
写真—①

職員のおすすめレシピの掲示と提供



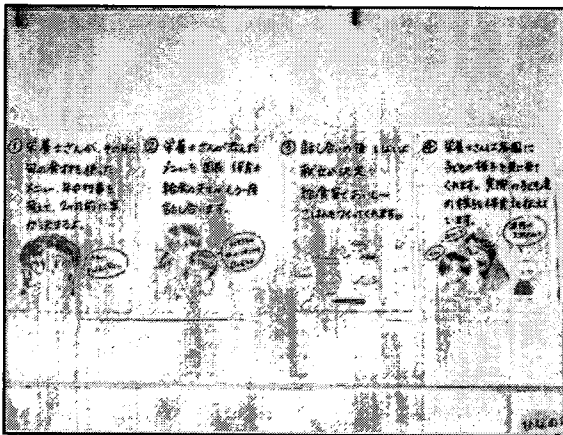
写真—②

献立のねらいの掲示 “季節を食べよう”



写真—③

栄養士の仕事



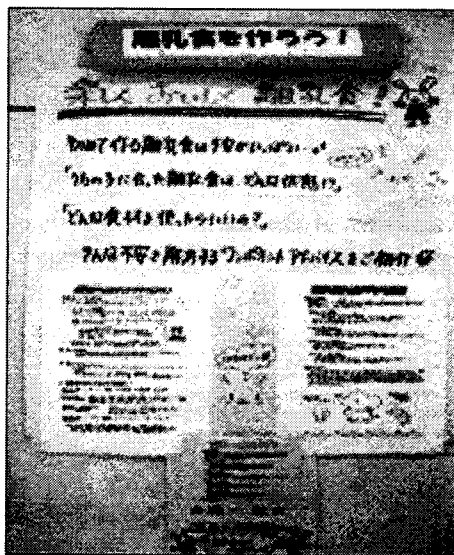
写真—④

主食提供後の子どもの姿



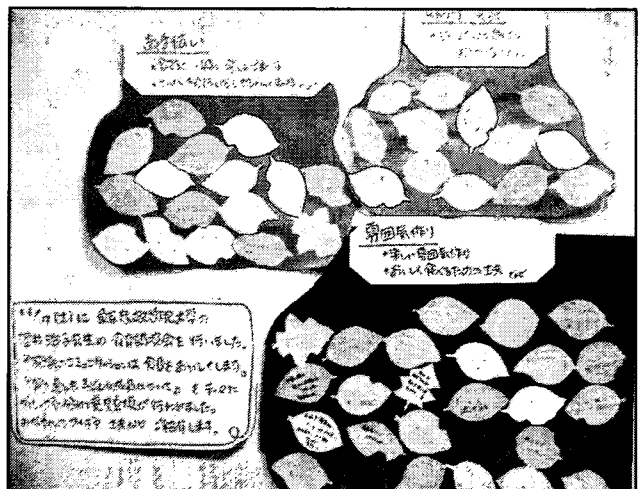
写真—⑤

離乳食について



写真—⑥

食育講演会



写真—⑦ (下の募集のお知らせを各家庭に配布して、回収したレシピを掲示板に貼り出した)

募集!! 『〇〇家の食卓』と題して、各ご家庭の食に関する様々なアイデアを募集したいと思います。

例えば…

- ・ これさえあれば百人力! 何にでも使える万能合わせ調味料の作り方
- ・ 製氷皿を利用して離乳食を保存
- ・ 忙しい朝にはコレ! 超簡単レシピ!
- ・ おなががすいた子どもに…〇〇を食べて待っててね♪
- ・ あと1品! そんなときに便利なレシピ

…などなど、他にも家ではこんなことをしています!! というアイデアを待ってます☆

レシピを添えてくださいね♪

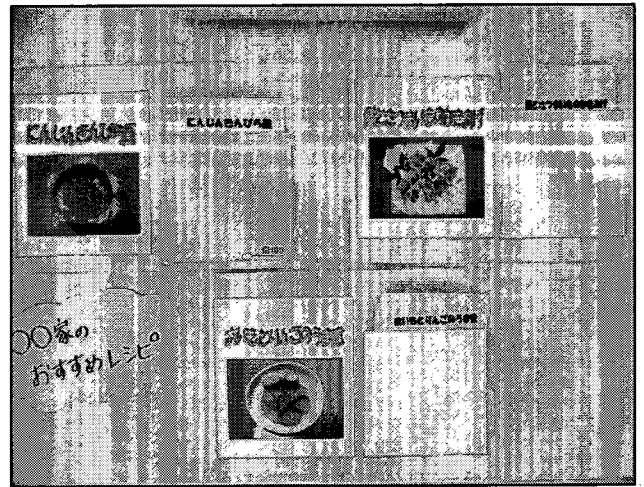
(さしつかえがなければ、記名をお願いします)

* 募集したアイデアは後日、モグパク掲示板に掲示しますので楽しみに!!

〇〇家の食卓(パート1)

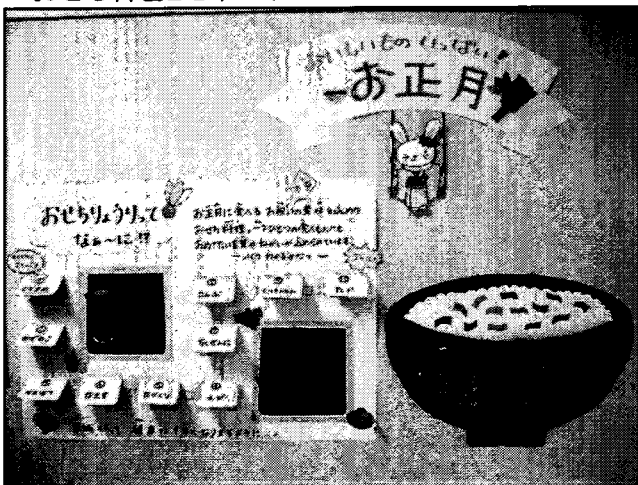


(パート2)



写真—⑧

おせち料理と七草がゆ



写真—⑨

節分



《モニター写真》

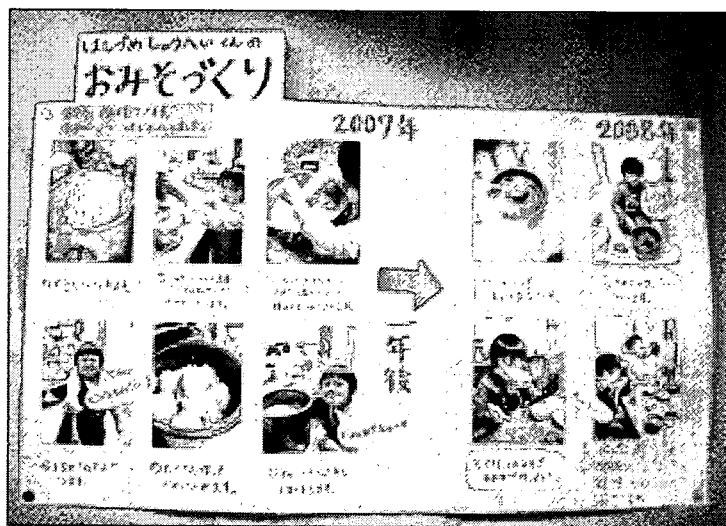
写真—⑩

0・1歳児 食事の様子



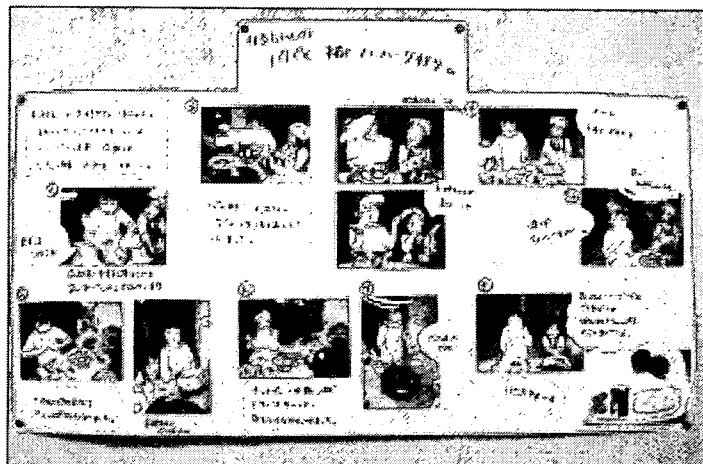
写真—⑪

4歳児 味噌作り



写真—⑫

3歳児 ハンバーグ作り



③ 評価、反省

今年度の食育コーナーの目標は子どもたちをいかに呼び寄せられるか、という点でした。食育コーナーに子どもが興味を持つことによって、保護者を引っ張って行ったり、家に帰ってから話題にしたりと、子どもからの働きかけによる保護者の食育への興味の広がりを期待したためです。昨年度までは、どちらかという保護者向けに書かれている内容が多く、文字で訴えるものを中心に掲示していました。ただ、それでは子どもに届きにくいと感じ、また、興味をもった保護者が見るだけにとどまってしまうので、今年度は子どもから興味をもって見に行きたくなるような環境作りから始めました。貸し出し絵本のコーナーと食育コーナーの場所を入れ代えることで、入り口近くになり、また明るくなりました。子どもが絵本を借りに来て、選んでいる間に掲示物を見る保護者の姿も多く見られるようになりました。また、コーナーを更新したときには、クラスごとにお知らせボードを掲示し、子どもたちと一緒に掲示を見に行き、子どもが保護者を誘ってコーナーへ足を運ぶことも増えてきました。子どもの興味を刺激することで保護者にも伝わっていくことを強く感じました。

掲示を子ども目線にしたり、絵や写真、または触るなど、掲示物に変化をもたせた特集や、年間通して伝えたいこと、園の取り組みとして知ってほしいことを、食育コーナーの係りで話し合い、実行してきました。掲示のバリエーションを増やすことによって、より活気付いてきたことも実感しています。

モニターとしては、自分の友だちが写真で掲示されていること、その写真の中で友だちが包丁を持って野菜を切っている姿が子ども達にとってとても印象的であり、家庭で「わたしもやりたい」「今度は違うこともやってみたい」という声が聞かれたという話が保護者からありました。また、保育園でのクッキングの際に包丁の使い方、野菜の押え方がしっかりできている子が多くいたことで、家庭でお手伝いをしていることが感じられ、モニターの効果が実感できました。保護者の方もモニターを見て「こんなことできるんですね」と興味を持ってくれた方が多く、自分の家庭でも子どもが食事にに関わる機会を作っていただけることが多くなりました。今年度は積極的にモニターに参加してくれた家庭が多かったことから、食育を家庭でも積極的に取り組んでくれていることを強く感じられました。

このように、情報は園側からだけの一方的な投げかけにならず、家庭と園とが連携を取って進めていけるように心がけていました。他の家庭の様子が参考になったり、レシピを持ち帰り家庭で作ることで、子どもの好みを新たに発見できたり、いろいろな保護者の声がありました。今後は保護者がどう感じているか、どのようなことを求めているかを、いつでも、誰でも、読める、書ける、書き込みノートを設置して、忙しい中でも情報を知ることができるようにしていきたいと思います。また、モニターを通して子どもたちが食事に対して興味を持ち、食べる意欲を働きかける手助けができるようにしていきたいと思います。

(2)おたより

① ねらい

おたよりを通して、食育の取り組みや情報を発信し、保護者に食の関心を持ち、家庭での食事について考えてもらい「食の大切さ」「食べることの楽しさ」を伝えていく。

② 活動の実際

種類	発行	発行回数	対象	内容
園のたより	保育園	月1回	全園児	食育の取り組み紹介
献立表(表) 給食だより(裏)	栄養士	月1回	全園児	月の献立表 季節に合わせた食に関する情報
クラスだより	各クラス 担任	年4回	各クラス園児	・クラスの食育の取り組み紹介 子どもの育ち
わくわくだより (オープン保育だより)	345歳児	年7回	345歳児クラス 園児	ランチルームでの取り組み・経過 子どもの育ち 縦割りの異年齢の関わり
食育だより	食育実行 委員会	年3回	全園児	給食試食会速報 講演会速報 おやつ試食会速報

③ 評価、反省

おたよりの発行回数、時期は年間計画を立て、発行しました。[資料2-1・2全体の計画参照]おたよりの目的に合わせて、内容を決め、お互いのおたよりで重複しないようにしました。

園のたよりでは、食育の取り組みを伝え、各クラスだよりやわくわくだよりでは、子どもたちの姿や取り組み、具体的な説明、状況を詳しく載せました。食育だよりは4回の発行を計画したが、実際には3号の発行となってしまいました。各クラスで行事後には写真等で詳しく報道を行っているため全体的な記事で発行しました。園の行事に参加できない保護者にも『食育だより』を発行し情報の提供をすることができました。しかし昨年度も今年度も試食会などの情報提供や園の取り組みのPR内容がほとんどになっているので、今後は保護者が知りたい情報を聞きながら内容の検討を行っていききたいと思います。

(3) 給食試食会

① ねらい

- 園での給食を通して、幼児の食事の量、形態、与え方に関する知識を深め、理解を得る。
- 子どもの食事の様子を観察することで、食を通した子どもの発達(食行動、他児や大人とのかかわり)を理解する。
- 食育を通して、園や保護者(家庭)間の連携を深める。

② 活動の実際

a) 期間と対象


- 平成19年6月26日(火) 11:00～13:00
- 平成19年6月27日(水) 11:00～13:00 13:00～講演会
- 平成19年6月28日(木) 11:00～13:00

* 今年度は他クラス(異年齢)の保護者との意見交換などができるよう3日間の中から好きな日を選んで参加できるようにしました。



b) 場所

上矢部保育園 子どもの昼食の様子を見る → 各保育室
試食会 → 一時保育室

c) 活動の流れ

ねらい	活動の流れ	必需品	支援
①子どもの給食の様子を知る。 ②試食を通して給食を知る ③園や家庭における食育を振りかえる ④園や保護者間の連携を深める	<ul style="list-style-type: none"> ・参加者事前申し込み ・9:30～保育参観 ・11:00～給食の様子の観察 ・11:30～試食会 食育におけるディスカッション まとめ・アンケート記入 <div style="border: 1px dashed black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>(27日のみ)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・12:00～酒井先生による講話 ディスカッション まとめ・アンケート記入 </div>	<ul style="list-style-type: none"> } チェックリスト ・給食・デジカメ・領収書 ・アンケート用紙 ・ハート型用紙 ・(27日のみ)リーフレット「楽しく食べる子どもに」 	<ul style="list-style-type: none"> ・チェックリストの配布 ・メニューの紹介 ・保護者の意見を引き出す  感想や意見を書いてもらう用紙

d) 活動の実際

	給食の様子を見て	食育に関するディスカッション
<p>1日目 (6/26) 3名</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・主食提供が始まって、おひつからごはんをよそってもらえると聞いて幸せだなと思いました。(この日はパンでした) ・とてもよく食べていた。これからもレシピをもらえると嬉しいです。 	<ul style="list-style-type: none"> ・最近料理の手伝いをしたがるようになって、卵が上手に割れるようになりました。 ・一緒に園から帰るときに「給食全部食べたよ!」とほぼ毎日のように聞かせてくれてすごいです。 <p>(給食調理員との話)</p> <ul style="list-style-type: none"> ・最近おからが見直されているけれど、こういう風に作れば食べるのですね。頭では思っているもなかなか実践できないなあ。
<p>2日目 (6/27)</p>	<p>《酒井先生を迎えての講演会の中で》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・家では食べないものをよく食べていてびっくりしました。 ・席まで運ぶトレイも深みがあったり、持ちやすいサイズだったり工夫されていました。 ・トレイを使って運ぶ姿や食べている様子を見ると、とても満足そうな表情をしていました。 ・午前中、思い切り遊んでいることもあり、皆よく食べていた。 ・空腹を感じるのが、食べる意欲につながることがわかりました。 ・うちの子はまだ3か月だけど、他の子の様子を見て「うちの子もこうなるんだ」と先の姿を想像できていいです。 	<ul style="list-style-type: none"> ・家では少し食べると立ち上がってしまいフラフラしてしまうんです。 →子どもは集中力がまだ低いから、できるだけ大人も立ち上がらないようにしたり、落ち着いた環境をつくるといいわね。 ・いくら小さくても宿題のように食べさせるのはよくないわね。食べるモデルとして親がいるのは大切なことですね。 ・下の子を見て「ぼくもー」と赤ちゃん返りをして全く自分では食べなくなってしまっ… →下の子に手がかかるときには上の子にも手がかかるようになるのよね。そういう時は2人とも受け止めてあげていいと思うな。 ・食べているときの姿勢が気になって… →子どもの手にのる器を使った方が子どもは食べやすいわね。 ・肉や魚をあまり食べてくれなくて… →肉ってポソポソしてしまうものね。でも、嫌いではなくて食べづらいのかも知れないわね。