

4 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感じる ・ 食べ方や食事のマナーを身につける 		
期	1 期 (4・5月)	2 期 (6・7・8月)	
期のねらい (食に関する 子どもの姿)	<ul style="list-style-type: none"> ・ 新しい環境に慣れ、みんなで楽しく食べる。 ・ 食事のあいさつをする。 ・ 食事のマナーを身につける。 	<ul style="list-style-type: none"> ・ いろいろな食材に興味や関心を持つ。 ・ いろいろな味がわかり、おいしく食べる。 	
連携	保育	<ul style="list-style-type: none"> ・ 食事の前には手を洗い、みんなで食前・食後のあいさつをするよう促す。 ・ 正しい手の洗い方を指導する。 ・ 落ち着いた雰囲気の中で食事ができるよう配慮する。 ・ 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。 ・ 主食・主菜・副菜を交互に食べるよう言葉かけをする。 	
	栄養士	<ul style="list-style-type: none"> ・ 食事当番の簡単な活動を取り入れる。 ・ 苦手なものでも少しずつ食べられるよう言葉かけをする。 ・ 献立名に興味を持たせる。 ・ 食材の名前や形を知らせる。 ・ 食材の3色グループ分けを知らせる。 	
	調理	<ul style="list-style-type: none"> ・ 行事食の意味を簡単に知らせる。 ・ 歯磨きの習慣が身についているか確かめをする。 ・ 栽培した夏野菜の生長を楽しめる環境づくりをする。 ・ 正しい歯のみがき方を指導する。 	
家庭や地域への働きかけ		<ul style="list-style-type: none"> ・ 食べ慣れた献立を取り入れる。 ・ 栄養のバランスを考える。（主食・主菜・副菜） ・ 行事食を取り入れた献立を作成する。（こどもの日・七夕・冬至・クリスマス・節分・ひな祭り等） ・ 春の味覚を取り入れた献立を作成する。 ・ 郷土料理を取り入れる。 	
		<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。 ・ 調理員が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） ・ 水分の補給に配慮する。 	
こども課 事業	<ul style="list-style-type: none"> ・ 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。 ・ 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） ・ 正しい食具の持ち方、使い方、食べ方を知らせる。 ・ 簡単な食事のマナーを家庭で躾けるように働きかける。 ・ 行事食を取り入れるようにすすめる。（食文化の伝承） ・ 旬の食べ物を味わうようにすすめる。 ・ 毎月献立表を配布する。 ・ 2か月に1回、食育だよりを配布する。 		

3期 (9・10・11・12月)	4期 (1・2・3月)
<ul style="list-style-type: none"> ・主食・主菜・副菜を知る。 	
<ul style="list-style-type: none"> ・料理を作ってくれた人に感謝の気持ちを持つよう促す。 	
<ul style="list-style-type: none"> ・いろいろな食べ物が体に必要であることを、絵本や紙芝居で楽しく知らせる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・食習慣やマナーの見直し・改善を図る。
<ul style="list-style-type: none"> ・秋の味覚を取り入れた献立を作成する。 	<ul style="list-style-type: none"> ・冬の味覚を取り入れた献立を作成する。
<ul style="list-style-type: none"> ・簡単な手伝いをさせるよう働きかける。 ・寒さに負けない体作り 	<ul style="list-style-type: none"> ・風邪の予防