

保育所・幼稚園における食育

「食育推進基本計画」では、食習慣形成に重要な幼児期の保育園・幼稚園での食事・生活リズムの向上の取り組みが必要とされている。そこで、福岡県M市において、幼児の健康・食生活実態調査と、モデル園を設定し、食育活動を行い、年長園児や保護者・職員の意識や行動の変容について調べた。

背景・目的

幼児期は食習慣の形成に重要な時期



朝食の欠食 4.5% (1歳～6歳)
起床時間、就寝時間の遅れ

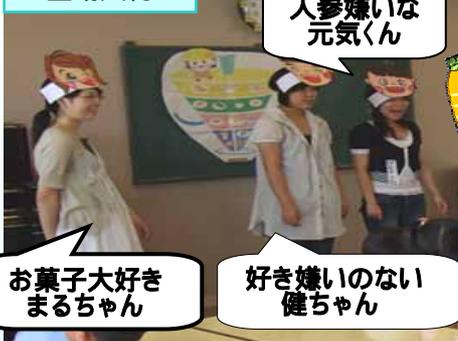
参考資料: 「平成17年度国民健康栄養調査の概要」より

規則正しい生活習慣と好き嫌いせずなんでも食べる子どもに！！

遊びを通した食育

食育劇: バランスよくたべてって
どうということ?

登場人物



人参嫌いな元気くん

ストーリー

給食時間に元気くんが人参を残しています...

お菓子大好きまるちゃん

好き嫌いのない健ちゃん

遊びを通した食育

食育カルタで食べ物を知ろう



カルタの様子



かわいいイラストと食べ物のお話がいっぱいカルタ

カルタに夢中な園児のみなさん

調査・活動の流れ

朝食摂取状況調査及び生活習慣調査 (実態把握)

幼児には...

保護者には...

「早寝早起き朝ごはん」をテーマにした劇の実施

「早寝早起き朝ごはん」をテーマにした講演会の実施

「好き嫌いせずバランスよく食べよう」という劇の実施

給食だより・食育だよりによる情報の提供



朝食摂取状況調査及び生活習慣調査 (事後調査)



保護者に対しての情報提供

食育についての講演会

バランスガイドとは??



試食会の献立を
コマ表示



献立をバランスガイドで示すとわかりやすいですね!



1つ(SV)がわかるようにフードモデルを展示