

保育目標		食育目標		年間食育目標	
1 身体を鍛え身を守る 2 基本的な生活習慣や態度を身につけ情豊かな生活をする 3 社会性や道徳性の芽生えを養う		楽しく食べる元気な子		1 健康、安全など食生活に必要な基本的な習慣や態度を身につける 2 自分の体に必要な食品の種類や働きを知り、食事バランスを考える 3 様々な人々と一緒に食べる楽しさを味わい、愛情と思いやりを育てる	
月	生活の場	主な行事(★印は行事食)	ねらい	内容	配慮事項
4月	こども園	進級式・入園式 ★誕生会・歓迎会 避難訓練 ★親聖人誕生会 身体測定	○自分の体に必要な食品の種類や働きに気づき意欲的に食べる ○基礎的な食習慣を園生活の中で身につける ○新しい環境で友だちや保育者と一緒に楽しく食べる ○仏教行事に参加し、お祝いに赤飯を美味しくいただく	○自分の健康に関心を持ち、体に必要な食品を進んで食べる ○あいさつ、手洗い、咀嚼等の方法を身につける ○健康は安全な生活とも関係があることに気づく ○進級の喜びを感じ新しい環境で楽しく食べる	○食べものは過剰に食べたり、欠乏することにより、心身の健康を左右することをきづかせるよう、体と食べものに保育者が関心を持って給食に臨む ○食前後のあいさつをし食事の前に手洗いをし、食具を上手に使い、よく噛んで食べるなどの基礎的な食習慣が身に付けられるよう配慮する ○落ち着いたゆとりのある雰囲気環境を配慮する
5月	遊ぼう	★こどもの日 ★まどか花まつり 内科検診 ★誕生会 避難訓練・身体測定 夏野菜植え	○健康な体をつくるために、好き嫌いをしないようにする クラスで植えたい野菜について話し合う	○行儀の悪い態度をしないで食事マナーを守ると友だちと仲良くおいしく食事ができることを知る ○夏野菜を栽培し、収穫を期待しながら身近な食材に親しむ ○端午の節句の由来や伝統的な文化を知る ○自分の体が健康であるか内科検診を受ける	○こどもの日を話題にして友だちと会話をしながら、食事にふさわしい落ち着いた雰囲気の中で正しいマナーで楽しく食事をするよう配慮する ○夏野菜の苗を植え、収穫できるような苗の育ちを見守り食材に親しむ ○端午の節句の由来や柏餅やちまきなどの伝統的食文化を伝える ○食べものは過剰に食べたり、欠乏することにより、心身の健康を害することに気づき進んで内科検診を受けるよう配慮する
6月	優しい心	衣替え ★しょうぶまつり誕生会 茶会 歯科検診 スイミング 身体測定 避難訓練	○歯磨きと、歯を丈夫にする食品を選ぶことを知り、進んで行う ○茶会に参加し、作法や和菓子に親しむ ○誕生会を通して季節の野菜に興味を持つ ○夏野菜の苗を植え、収穫を楽しみながらみんなで育てる	○歯磨きの習慣を身につけ、歯を丈夫にする食品を自分で進んで選べるようになる ○健康を考え自分の好きな食品や料理を栄養バランスよく選び、友だちとの嗜好の違いに気づく	○虫歯になると食品を噛むことができなくなることに気づき、歯を磨き、歯を丈夫にする食品を選べるよう配慮する。歯科衛生指導の教材は発達を考慮した解りやすいものを創意工夫する
7月	夏の遊び	★七夕祭り・誕生会 スイミング 海の日 お盆 プール・水遊び 身体測定 避難訓練	○七夕の由来を飾り、劇等や行事食を通して星座に興味と関心を持つ ○野菜の生育を楽しみながら育てる ○季節感のある食材を用いて遊ぶ ○夏野菜を味わう	○七夕由来の劇等や行事食により「星」に関心を示し家族と一緒に夜空に出る星座に期待する ○様々な夏野菜の生育の違いを感じたり、みんなで収穫し味わう	○七夕の由来を知り織姫、彦星に興味と関心を示すような遊びや教材を配慮し家族と共に夜空を眺めて一年に一度の出会いに期待を持たせる ○七夕にふさわしい子どもが喜ぶ創意工夫した行事食を心掛ける ○植物の種のかさ、花の色、葉の形などの違いに気づき、栽培中の野菜をよく観察するよう配慮する ○どうもこの皮をむきながら観察する
8月	暑さに負けない	★誕生会 水遊び プール遊び 避難訓練 身体測定 ★たてわりクッキング	○基本的な生活習慣を崩さずに暑さに負けず元気に過ごす ○夏の暑さや汗に気づき体と水分の関係を知る ○感染症を予防するためにきちんと手洗いをし、安全な食品を食べる	○早寝、早起きをして朝ごはんを食べると暑さに負けずに元気に過ごせることを知る ○水分は口から入るものと体の外に出るものがあり暑くなると汗が出て、体温を調節しているのが水が不足しないように心掛ける ○手洗いにより食中毒を防ぎ安全に食事をする	○暑い夏でも早寝、早起きを朝ごはんをきちんと食べると暑さに負けず元気に乗り切れることを伝え、家庭と保育所が連携して健康に配慮する ○夏はほかの季節と異なり、自分の体から汗が出ることに気づき、体と水分の関係に関心を持ち、自分で進んで水をのむように配慮する ○夏の感染症防止のためきちんとした手洗いと腐敗した食品を食べないよう家庭に協力を求める
9月	元気な子	★十五夜 ★誕生会 ★秋分の日 敬老の日 身体測定 運動会 避難訓練	○災害時は、いつものような食事が食べられないことを知る ○十五夜は月にお供えをしながら豊作を祈る風習を知り月見団子を食べる ○秋分の日とおはぎとの関係を知る	○災害時は命を守るために与えられた食べものを嫌がらずに食べる ○十五夜は月見団子や里芋、栗をお供えし観月をして豊作を祈り月見団子を食べる風習を知る	○防災教育により災害の恐ろしさを知らせ非常時の食事の仕方や調理の難しさ、非常食を用いた食体験を通して命と食べ物の関係を知らせ、命を守るためには好き嫌いを言わないで食べる ○十五夜にすすきが飾られ月見団子が供えられてあり、月の満ち欠けと風習の関係を教える。家族と一緒に月見を楽しみ月の満ち欠けに気づくことが情操豊かな感性を育むことを保護者に伝えるよう配慮する
10月	丈夫な子	衣替え ★芋ほり遠足 内科検診・身体測定 ★誕生会 避難訓練 ★さつま芋クッキング	○食事と運動の関係を知り、運動会に参加する ○食べ過ぎや食べものの好き嫌いが健康と関わりがあることに気づき、進んで内科検診を受ける ○誕生会を通して季節の食べ物を知る	○よく食べてよく運動することが丈夫で強い体をつくることを知り、運動会に意欲的に参加する ○食事の過不足が健康を左右することに気づき、内科検診を受ける	○様々な食品を食べて、よく運動することが食欲を増し肥満を防ぎおいしく食べられることを教え、運動会に意欲的に参加できるように配慮する ○食べものは過剰に食べたり、欠乏することにより、心身の健康を害することに気づくよう配慮し、内科検診を受け子どもと共に健康を喜びあう
11月	実りの秋	文化の日 身体測定 食育指導 勤労感謝の日 ★誕生会 避難訓練 園内報恩講	○秋の魚や野菜や果物に関心を持つ ○成長を喜び合う日本の伝統文化を知る ○食育指導に関心を持ち調理員、栄養士と親しむ ○精進料理や赤御前に親しむ	○秋の季節は、魚、野菜や果物がおいしいことに気づく ○栄養士、調理員の食育指導に興味を持って聞く	○食材は四季の変化によりいろいろな食べ物が収穫されることを知らせ、自然と食事のつながりに気づくよう配慮する ○パン、スバゲティ、マカロニなどの身近な食品が小麦粉でできていることを知らせ、これらを使った料理を考えさせる ○栄養士が作った教材や実物の小麦粉製品、料理を親しみを持って回覧し、加工食品を身近に感じさせる。栄養士等は肉、卵、魚などの食材もどのように変化するか気づかせ今後の食育指導を心待ちするように園児と触れ合う
12月	楽しいお店屋さん	★誕生会 避難訓練 身体測定 お店屋さんごっこ ★ケーキ作り	○お店屋さんごっこを通して、いろいろなお店や働く人がいることを知る ○調理をした人や、食事の支度をした人に感謝の気持ちを持つ ○様々な人々との会食を通して愛情や信頼を持つ ○正月料理に興味を持ち家庭で調理などを手伝う ○ケーキ作りを楽しみ、喜んで食べる	○いろいろなお店や仕事に興味を持つ ○調理人や栄養士と親しみ感謝を表す ○家庭で伝統的なおせち料理の手伝いをする	○お店屋さんごっこに参加し、いろいろなお店や働く人がいることを知り感謝の気持ちを持つよう配慮する ○異年齢、地域交流を行い、年下の友だちの食事を見守り、思いやりの気持ちを育むよう、座る位置や配膳、与え方や食べ方に注意をはらう
1月	お正月遊び	★正月 ★誕生会 成人式 避難訓練 ★七草 ★鏡開き 身体測定	○家庭で伝統的なおせち料理の食体験をする ○日本の年の始めの伝統的な食文化を知る ○おせち料理に使われている料理に興味を持つ ○鏡開きの由来を知る	○家族と一緒におせち料理を食べる日本の年の始めの伝統的食文化を知る ○おせち料理は食事バランスがよいことを知る ○地域にはたべものや品物によりいろいろな店があるので、新鮮で安くておいしいものを買う	○家庭で日本の伝統的なおせち料理を食体験させてもらえるよう配慮する ○おせち料理は五穀豊稔を願い、家族の安全と健康、子孫繁栄の祈りを込めて作られ、縁起のよい食材にちなんで海の幸、山の幸が盛り込まれているので、栄養バランスがとられていることを気づかせる ○地域には様々な店があるので、季節によって商品や食品が異なり、食品は旬のものが安くて新鮮で栄養価が高いので店の人に聞いて買うよう伝える
2月	冬の遊び	★節分 身体測定 ★誕生会 避難訓練 ★ねはん会・もちつき ★クッキー作り	○節分の由来を知り、豆まきに喜んで参加する ○ねはん会に参加して、お餅つきを楽しむ ○冬に出回る旬の野菜を知り、調理の方法や料理に興味と関心を持つ ○感謝の気持ちを込めてクッキー作りを楽しみ、みんなで食べたり、配る	○節分は季節の変わり目であり、福豆と鬼との関係に興味を持ち友だちと一緒に豆まきをする ○旬の野菜を料理に取り入れると栄養があって、おいしいことを知る ○ねはん会で餅つきをする意味、お餅を食する意味を知る(園での実食はなし)	○節分は季節のはじまりの前日(立春)で季節を分けることを意味し、季節の変わり目に福豆(豆まき用に炒って供えた大豆)をぶつけて、邪気(鬼)を追い出し一年の無病息災を願うことや福豆は一年の厄除けを願い数え年として実年齢より一つ多く食べる風習があることを教える。(園での実食はなし) ○鬼を怖がらず福豆をまき、味わいながら豆の種類や、豆腐、油揚げなど身近な食品が大豆からつくられていることに気づくよう配慮する
3月	もうすぐ	★ひな祭り ★お別れ会 ★誕生会 卒園式 春分の日 避難訓練・身体測定 ★クッキー作り	○雛人形に興味を持ち、ひな祭りの由来を知り雛あられなどの行事食を友だちと一緒に楽しく食べる ○給食を食べて元気が通園できたことを喜び、小学校での給食に期待を持つ	○ひな祭りの由来を知り、色合いの美しい雛人形や雛あられに興味を持ち、桜餅の桜の葉の香りに気づき、友だちに伝えながら楽しく食べる ○お別れ会でお互いの成長に気づき、給食のおかげで元気が通園できたことを皆で一緒に喜び、小学校での新しい友達との給食を心待ちにする	○ひな祭りに興味と関心を示すよう数日前に雛人形を飾り、ひな祭りの由来や人形の配置や飾り物などを説明する。桃の花が咲く季節のため桃の節句といい、この行事に食べられる食品を知らせ、行事食に取り入れる ○こども園で友達と一緒にいろいろな食体験をして、楽しくおいしい給食であったことを保護者と会話しながらお別れを惜しみ思い出になるような雰囲気を作り行事食を味わえるよう配慮する