

0歳児 食育計画

保育目標	心身共に健康でいきいきとした子どもをめざして		食育目標	楽しく食べる子どもに		具体的計画	<ul style="list-style-type: none"> ・お腹がすくりズムのもてる子ども ・食べたいもの好きなものが増える子ども ・一緒に食べたい人がいる子ども ・食事づくり準備にかかわる子ども ・食べ物を話題にする子ども 			
	1期(4, 5)	2期(6~8月)		3期(9~12月)	4期(1~3月)					
ねらい	お腹がすき、乳(母乳・ミルク)を飲み、離乳食を喜んで食べ、心地よい生活を味わう。一人一人の生活リズムに合わせて食事する。	色々な食べ物に関心を持つ。	色々な食べ物を見る、触る、味わう経験を通して自分で食べようとする意欲を育てる。	色々な食べ物を見る、触る、味わう経験を通して自分で食べようとする意欲を育てる。						
内容	よく遊び、よく眠り、乳(母乳・ミルク)を飲んだり、離乳食に慣れる。授乳してくれる人に関心を持つ。食事前に手を洗い、挨拶の仕方を知り、仕草であらわす。	よく遊び、よく眠り、乳(母乳・ミルク)を飲んだり、離乳食に慣れる。授乳してくれる人に関心を持つ。食事前に手を洗い、挨拶の仕方を知り、仕草であらわす。	よく遊び、よく眠り、乳(母乳・ミルク)を飲んだり、離乳食に慣れる。授乳してくれる人に関心を持つ。お腹がすいたら、泣く、または、喃語によって乳や食べ物を催促する。	よく遊び、よく眠り、乳(母乳・ミルク)を飲んだり、離乳食に慣れる。授乳してくれる人に関心を持つ。手づかみで食べたり、スプーンなどに、手を出したりして食べる。						
配慮事項	食事は無理強いせず、機嫌、個人差、便性、体重の増減に留意する。食べさせる量や種類を増やしていく。食品と食品を混ぜて与えない。	保育士が食べる様子を見せ、食べようとする意欲を持たせる。調理は離乳の時期に応じた固さに注意し、よく噛むことを意識させる。栄養のバランスを考え、色々な味に出会わせ、味付けは薄味にする。	食べなれていない食品は嫌がるので、保育士が食べているのを見せたりして工夫する。いつまでもだらだら食べさせないで、食べること、遊ぶこと各々を豊かに取り組むようにする。	食べなれていない食品は嫌がるので、保育士が食べているのを見せたりして工夫する。食べる意欲をそそるような形態を取り入れ、自分で食べようとする気持ちを大切にする。						
給食計画	楽しい雰囲気の中で保育者や友達と一緒に食事をする。食事をするという意味がわかり、食材に興味を持つ。	衛生に気をつけて食事をする。夏野菜の収穫を喜び、みずみずしさを味わう。夏バテしないよう規則正しい食事をする。	生活リズムを整え、みんなと一緒に楽しく食事ができることを喜ぶ。収穫の喜びや恵みに感謝し、食物の旬を知る。食べ物について関心を持たせ、バランスの取れた食事をする。寒さに負けない体づくりをし、食事をする。伊万里供日を知り、伝統食に興味を持つ。	新年を迎え、伝統食に興味を持つ。食事のマナーや食材のうまみに関心をもつ。楽しく食事をしながら食の大切さを知る。						
行事計画	毎月19日食育の日 毎月誕生会	毎月19日食育の日 毎月誕生会	毎月19日食育の日 毎月誕生会 さつまいもの収穫、焼き芋	毎月19日食育の日 毎月誕生会 初釜 七草がゆ お別れホットケーキ会						
家庭への働きかけや連携	給食便り 食育便り(もりもりげんきっこだより) クラス便り 児童票等で子供の様子を把握したり、各々の食事の状態を知らせ、家庭での状態を聞く。	給食便り 食育便り(もりもりげんきっこだより) クラス便り 規則正しく食事を取ることを知らせていく。	給食便り 食育便り(もりもりげんきっこだより) クラス便り 食事に対する意欲や成長など家庭に知らせていく。	給食便り 食育便り(もりもりげんきっこだより) クラス便り 保育参観で発表する。						
地域との連携	地域への便り(いないいないばあ)	地域への便り(いないいないばあ) 老人会との交流を見る。(芋さし、田植え)	地域への便り(いないいないばあ) 老人会との交流を見る。 (芋ほり、焼き芋会、稲刈り、もちつき)	地域への便り(いないいないばあ)						

1歳児 食育計画

保育目標	心身共に健康でいきいきとした子どもをめざして		食育目標	楽しく食べる子どもに		具体的計画	<ul style="list-style-type: none"> ・お腹がすくりズムのもてる子ども ・食べたいもの好きなものが増える子ども ・一緒に食べたい人がいる子ども ・食事づくり準備にかかわる子ども ・食べ物を話題にする子ども 			
	1期(4, 5)			2期(6~8月)			3期(9~12月)		4期(1~3月)	
ねらい	お腹がすき、食事を喜んで食べ、心地よい生活を味わう。		色々な食べ物を見る・触る・噛んで味わう経験を通して、自分で進んで食べようとする。手洗いの仕方を身につける。		色々な食べ物を見る・触る・噛んで味わう経験を通して、自分で進んで食べようとする。		一緒に食べる人に関心を持つ。食事のマナーを身につける。			
内容	よく遊び、よく眠り、食事を楽しむ。食事前に手を洗い、挨拶の仕方を知り、仕草で表す。給食に慣れ楽しく食べる。スプーンを使い、自分で食べようとする。		喜んで給食を食べる。よく噛んで食べる習慣をつける。食に対する関心が持てるように食事前に食に関する話を聞く。		喜んで給食を食べる。よく噛んで食べる習慣をつける。食に対する関心が持てるように食事前に食に関する話を聞く。こぼさず食べようとする。		楽しい雰囲気の中で、一緒に食べる人に関心を持つ。給食の時のマナーを知る。自分で食べられるようになる。決まった時間に食事をする。			
配慮事項	一人一人の食事の量を把握し、無理なく食べられるようにする。こぼしながらも、手づかみやスプーンを使って、一人で食べるように促したり、介助したりする。		水分を十分に取ったり、休息をとるなど、暑さに負けない過ごし方を知らせる。手洗いの歌をうたうなど楽しく手洗いができるようにする。		様々な食品に慣れ、うまく食べられない分は保育士が食べさせるようにする。食に関する話は、子どもたちが楽しく参加できるものにする。		手洗いの習慣をつけ、保育士と一緒に「手洗いの歌」や「給食の歌」をうたったりして、手洗いや食事の時の挨拶を習慣づけるようにする。マナーは、子どもたちの負担にならないように少しずつ教えていく。			
給食計画	楽しい雰囲気の中で保育者や友達と一緒に食事をする。食事をするという意味がわかり、食材に興味を持つ。		衛生に気をつけて食事をする。夏野菜の収穫を喜び、みずみずしさを味わう。夏バテしないよう規則正しい食事をする。		生活リズムを整え、みんなと一緒に楽しく食事ができることを喜ぶ。収穫の喜びや恵みに感謝し、食物の旬を知る。食べ物について関心を持たせ、バランスの取れた食事をする。寒さに負けない体づくりをし、食事をする。伊万里供日を知り、伝統食に興味を持つ。		新年を迎え、伝統食に興味を持つ。食事のマナーや食材のうまみに関心をもつ。楽しく食事をしながら食の大切さを知る。			
行事計画	毎月19日食育の日 毎月誕生会		毎月19日食育の日 毎月誕生会		毎月19日食育の日 毎月誕生会 さつまいもの収穫、焼き芋		毎月19日食育の日 毎月誕生会 初釜 七草がゆ お別れホットケーキ会			
家庭への働きかけや連携	給食便り 食育便り(もりもりげんきっこだより) クラス便り 児童票等で子供の様子を把握したり、各々の食事の状態を知らせ、家庭での状態を聞く。		給食便り 食育便り(もりもりげんきっこだより) クラス便り 規則正しく食事を取ることを知らせていく。		給食便り 食育便り(もりもりげんきっこだより) クラス便り 食事に対する意欲や成長など家庭に知らせていく。		給食便り 食育便り(もりもりげんきっこだより) クラス便り 保育参観で発表する。			
地域との連携	地域への便り(いないいないばあ)		地域への便り(いないいないばあ) 老人会との交流を見る。(芋さし、田植え)		地域への便り(いないいないばあ) 老人会との交流を見る。 (芋ほり、焼き芋会、稲刈り、もちつき)		地域への便り(いないいないばあ)			

2歳児 食育計画

保育目標		食育目標		具体的計画	
心身共に健康でいきいきとした子どもをめざして		楽しく食べる子どもに		<ul style="list-style-type: none"> ・お腹がすくリズムのもてる子ども ・食べたいもの好きなものが増える子ども ・一緒に食べたい人がいる子ども ・食事づくり準備にかかわる子ども ・食べ物を話題にする子ども 	
1期(4, 5)		2期(6~8月)		3期(9~12月)	
ねらい	個人差に配慮して楽しく食事をする。	ねらい	食べ物に関心を持ち始め、嫌いなものでも、少しずつ食べられるようにする。食事の時間、おやつを楽しみにして、喜んで食べる。食後にはみがきをする。	ねらい	嫌いなものでも自分で少しずつでも食べようとする。
内容	よく遊び、よく眠り、落ち着いた雰囲気の中で食事を楽しむ。食事前後の挨拶をする。食事の量を加減してもらいながら、よくかんで食べることを楽しむ。	内容	食べ物に関心を持ち、スプーン、フォーク、箸などを使って食べようとする。食に対する関心をもてるよう食事前に食に関する話を聞く。	内容	いろいろな食べ物を自分から進んで食べる。紙芝居、絵本などを通じて食の大切さを知っていく。
配慮事項	個々の適量を把握し、食べきる喜びを感じられるように配慮する。楽しい雰囲気ですべられるように声をかける。	配慮事項	苦手なものも食べてみようとする気持ちを引き出しながら、色々な食品をバランスよく食べられるようにしていく。水分を十分に取ったり、休息をとるなど、暑さに負けない過ごし方を知らせる。	配慮事項	嫌いな食材を食べることが出来た時にはほめ、食べる意欲へとつなげる。
給食計画	楽しい雰囲気の中で保育者や友達と一緒に食事をする。食事をするという意味がわかり、食材に興味を持つ。	給食計画	衛生に気をつけて食事をする。夏野菜の収穫を喜び、みずみずしさを味わう。夏バテしないよう規則正しい食事をする。	給食計画	生活リズムを整え、みんなと一緒に楽しく食事出来ることを喜ぶ。収穫の喜びや恵みに感謝し、食物の旬を知る。食べ物について関心を持たせ、バランスの取れた食事をする。寒さに負けない体づくりをし、食事をする。伊万里供日を知り、伝統食に興味を持つ。
行事計画	毎月19日食育の日 毎月誕生会	行事計画	毎月19日食育の日 毎月誕生会	行事計画	毎月19日食育の日 毎月誕生会 さつまいもの収穫、焼き芋
家庭への働きかけや連携	給食便り 食育便り(もりもりげんきっこだより) クラス便り 児童票等で子供の様子を把握したり、各々の食事の状態を知らせ、家庭での状態を聞く。	家庭への働きかけや連携	給食便り 食育便り(もりもりげんきっこだより) クラス便り 規則正しく食事を取ることを知らせていく。	家庭への働きかけや連携	給食便り 食育便り(もりもりげんきっこだより) クラス便り 食事に対する意欲や成長など家庭に知らせていく。
地域との連携	地域への便り(いないいないばあ)	地域との連携	地域への便り(いないいないばあ) 老人会との交流を見る。(芋さし、田植え)	地域との連携	地域への便り(いないいないばあ) 老人会との交流を見る。 (芋ほり、焼き芋会、稲刈り、もちつき)
ねらい		ねらい	食事のマナーを身につけ、食材のうまみを感じながら友だちと楽しく食事する。	ねらい	食事のマナーを身につけ、食材のうまみを感じながら友だちと楽しく食事する。
内容		内容	食器や箸の使い方が上手になり、こぼすこともあるが、喜んで食事をしようとする。友達と一緒に楽しく食べる。給食が終わるまで席を立たない。	内容	食器や箸の使い方が上手になり、こぼすこともあるが、喜んで食事をしようとする。友達と一緒に楽しく食べる。給食が終わるまで席を立たない。
配慮事項		配慮事項	正しい姿勢で食べることなど、マナーについて見直していく。楽しい雰囲気の中で、友達と一緒に食べることで、食に対する意欲を引き出す。	配慮事項	正しい姿勢で食べることなど、マナーについて見直していく。楽しい雰囲気の中で、友達と一緒に食べることで、食に対する意欲を引き出す。
給食計画		給食計画	新年を迎え、伝統食に興味を持つ。食事のマナーや食材のうまみに関心をもつ。楽しく食事をしながら食の大切さを知る。	給食計画	新年を迎え、伝統食に興味を持つ。食事のマナーや食材のうまみに関心をもつ。楽しく食事をしながら食の大切さを知る。
行事計画		行事計画	毎月19日食育の日 毎月誕生会 初釜 七草がゆ お別れホットケーキ会	行事計画	毎月19日食育の日 毎月誕生会 初釜 七草がゆ お別れホットケーキ会
家庭への働きかけや連携		家庭への働きかけや連携	給食便り 食育便り(もりもりげんきっこだより) クラス便り 保育参観で発表する。(試食会) 食事のマナー、箸の使い方等知らせていく。	家庭への働きかけや連携	給食便り 食育便り(もりもりげんきっこだより) クラス便り 保育参観で発表する。(試食会) 食事のマナー、箸の使い方等知らせていく。
地域との連携		地域との連携	地域への便り(いないいないばあ)	地域との連携	地域への便り(いないいないばあ)

3歳児 食育計画

保育目標	心身共に健康でいきいきとした子どもをめざして		食育目標	楽しく食べる子どもに		具体的計画	<ul style="list-style-type: none"> ・お腹がすくリズムのもてる子ども ・食べたいもの好きなものが増える子ども ・一緒に食べたい人がいる子ども ・食事づくり準備にかかわる子ども ・食べ物を話題にする子ども 			
	1期(4, 5)			2期(6~8月)			3期(9~12月)		4期(1~3月)	
ねらい	保育士や友達と一緒に楽しく食事をする。		食べ物に興味を持ち、食べ慣れないものや嫌いなものでも少しは食べる。 夏バテしないように規則正しい食事をする。		食事の正しいマナーを身につけ、好き嫌いなく食べる。		赤、黄、緑、白の食材・食品について知る。 寒さに負けない体力づくりのため食べようとする意欲を持つ。			
内容	給食の雰囲気慣れる。 食事の約束事を知り、給食に慣れる。 「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶の仕方を知る。 箸を使って自分で食べる。		食べ物の大切を知り、少しでも食べられるようにする。 好き嫌いを減らし、残さず食べることで丈夫な体を作ることを知る。 夏の野菜を知る。		収穫の喜びを味わう。 正しい姿勢で、落ち着いて食事ができるようになる。 箸、茶碗の正しい持ち方、使い方を身につける。 よく噛んで食べることの大切さを知る。		食べ物に関心を持たせる。 好き嫌いを減らし、少しでも多く食べられるようにする。 給食の準備、片付けをきちんとできるようになる。(当番活動)			
配慮事項	楽しい雰囲気の中で友達と一緒に食べることで食に対する意欲を引き出す。 色々な食べ物に興味を持ち、おかずとごはんを交互に食べるように声をかける。		苦手なものも食べてみようとする気持ちを引き出しながら、色々な食品をバランスよく食べられるようにしていく。 水分を十分にとったり、休息をとったりし、暑さに負けない過ごし方を知らせる。		正しい箸の持ち方、使い方を教える。 十分に遊んでお腹のすくリズムを作るようにする。		赤、黄、緑、白の食品・食材について絵などを使ってわかりやすく教える。 風邪に負けない体づくりに役立つ食べ物を教え、積極的に食べるように促す。 食事作りや準備に関わることで意識を持たせる。			
給食計画	楽しい雰囲気の中で保育者や友達と一緒に食事をする。 食事をするの意味がわかり、食材に興味を持つ。		衛生に気をつけて食事をする。 夏野菜の収穫を喜び、みずみずしさを味わう。 夏バテしないよう規則正しい食事をする。		生活リズムを整え、みんなと一緒に楽しく食事ができることを喜ぶ。 収穫の喜びや恵みに感謝し、食物の旬を知る。 食べ物について関心を持たせ、バランスの取れた食事をする。 寒さに負けない体づくりをし、食事をする。 伊万里供日を知り、伝統食に興味を持つ。		新年を迎え、伝統食に興味を持つ。 食事のマナーや食材のうまみに関心をもつ。 楽しく食事をしながら食の大切さを知る。			
行事計画	毎月19日食育の日 毎月誕生会		毎月19日食育の日 毎月誕生会		毎月19日食育の日 毎月誕生会 さつまいもの収穫、焼き芋		毎月19日食育の日 毎月誕生会 初釜 七草がゆ お別れホットケーキ会			
家庭への働きかけや連携	給食便り 食育便り(もりもりげんきっこだより) クラス便り 児童票等で子供の様子を把握したり、各々の食事の状態を知らせ、家庭での状態を聞く。		給食便り 食育便り(もりもりげんきっこだより) クラス便り 規則正しく食事を取ることを知らせていく。		給食便り 食育便り(もりもりげんきっこだより) クラス便り 食事に対する意欲や成長など家庭に知らせていく。		給食便り 食育便り(もりもりげんきっこだより) クラス便り 保育参観で発表する。			
地域との連携	地域への便り(いないいないばあ)		地域への便り(いないいないばあ) 老人会との交流を見る。(芋さし、田植え)		地域への便り(いないいないばあ) 老人会との交流を見る。 (芋ほり、焼き芋会、稲刈り、もちつき)		地域への便り(いないいないばあ)			

5歳児 食育計画

保育目標	心身共に健康でいきいきとした子どもをめざして	食育目標	楽しく食べる子どもに	具体的計画	<ul style="list-style-type: none"> ・お腹がすくリズムのもてる子ども ・食べたいもの好きなものが増える子ども ・一緒に食べたい人がいる子ども ・食事づくり準備にかかわる子ども ・食べ物を話題にする子ども
------	------------------------	------	------------	-------	---

	1期(4, 5)	2期(6~8月)	3期(9~12月)	4期(1~3月)
ねらい	赤、黄、緑、白の食材・食品についてより理解を深める。 食事をするという意味がわかり、友達と一緒に楽しい雰囲気の中で食事やおやつを食べる。	食べ物と体の関係に関心を持ち、楽しく食事をする。	様々なものを収穫し、味わう中で食べ物を大切にしようとする気持ちを持つ。	食事のマナーを守り、時間の見通しを持って食事をする。 食の大切さを表現する。
内容	食べ物に関心を持ち、食べ物の役割を知る。 給食ができる過程に関心を持つ。(給食室見学) 喜んで食べられるようにする。 野菜や稲を育てる。	好き嫌いを減らし、残さず食べることで丈夫な体を作ることを知る。 育てることの大切さについて考える。 夏の野菜を収穫する。 噛むことの大切さを知り、よく噛んで食べる。	いもの収穫を楽しみにする。 食事中の行儀を知り、楽しく食事ができるようにする。 偏食をしないで何でも食べるようにする。	食べ物の働きや体のしくみについて知る。 食事のマナーを再確認する。 偏食しないで何でも食べるようにする。 給食を決められた時間内で食べられるようにする。
配慮事項	楽しい雰囲気の中で友達と一緒に食べることで食に対する意欲を引き出す。 畑作りを子どもたちと一緒に行うことで、食への関心が広がるようにする。	苦手なものも食べてみようとする気持ちを引き出しながら、色々な食品をバランスよく食べられるようにしていく。 水分を十分にとったり、休息をとったりし、暑さに負けない過ごし方を知らせる。 夏野菜を収穫したり、味わうことで食への意欲や食べ物を大切にすることを育てていく。	健康に過ごし、大きくなるためには、色々な食べ物の力が必要なことをわかりやすく伝え、食品や献立に興味を深まるようにする。	正しい姿勢で食べることなど、マナーについて見直していく。 食の大切さを劇やペープサートなど保育の中で楽しみながら表現する。
給食計画	楽しい雰囲気の中で保育者や友達と一緒に食事をする。 食事をするという意味がわかり、食材に興味を持つ。	衛生に気をつけて食事をする。 夏野菜の収穫を喜び、みずみずしさを味わう。 夏バテしないよう規則正しい食事をする。	生活リズムを整え、みんなと一緒に楽しく食事ができることを喜ぶ。 収穫の喜びや恵みに感謝し、食物の旬を知る。 食べ物に関心を持たせ、バランスの取れた食事をする。 寒さに負けない体づくりをし、食事をする。 伊万里供日を知り、伝統食に興味を持つ。	新年を迎え、伝統食に興味を持つ。 食事のマナーや食材のうまみに関心をもつ。 楽しく食事をしながら食の大切さを知る。
行事計画	毎月19日食育の日 たまねぎ、菜の花、いちごの収穫試食 夏野菜植え あさがお、ひまわり、稲の種まき	毎月19日食育の日 芋苗植え 田植え お泊り保育(カレー作り) 夏野菜の収穫	毎月19日食育の日 さつまいもの収穫、焼き芋 稲刈り、おにぎり試食会 もちつき 苗植え、種まき	毎月19日食育の日 毎月誕生会 初釜 七草がゆ お別れホットケーキ会
家庭への働きかけや連携	給食便り 食育便り(もりもりげんきっこだより) クラス便り 児童票等で子供の様子を把握したり、各々の食事の状態を知らせ、家庭での状態を聞く。	給食便り 食育便り(もりもりげんきっこだより) クラス便り 規則正しく食事を取ることを知らせていく。	給食便り 食育便り(もりもりげんきっこだより) クラス便り 食事に対する意欲や成長など家庭に知らせていく。	給食便り 食育便り(もりもりげんきっこだより) クラス便り 保育参観で発表する。
地域との連携	地域への便り(いないいないばあ)	地域への便り(いないいないばあ) 老人会との交流をする。(芋さし、田植え)	地域への便り(いないいないばあ) 老人会との交流をする。 (芋ほり、焼き芋会、稲刈り、もちつき)	地域への便り(いないいないばあ)