

食育年間計画

		もも	つぼみ	たんぽぽ	すみれ	ちゅうりっぷ	さくら
		食べる事に関心を持ち、楽しい雰囲気でお食事をします			友達と楽しくおいしく食べる		
		大人が子どもと一緒に食事をし、手本となる					
配膳	大人が食器を正しい位置に並べる (子どもが見える位置に置く)	大人が食器を正しい位置に並べる	大人が食器を正しい位置に並べる	大人が食器を正しい位置を 知らせていく	食器を自分で正しい位置に 並べようとする	食器を自分で正しい位置に 並べられるようになる	
				食事の一部を自分で配膳・下膳する	食事を自分で配膳してみる	食事を自分で盛り付け・ 配膳・下膳する	
挨拶	大人がいただきます・ごちそうさまの 声をかける	大人がいただきます・ごちそうさまの 声をかける	大人がいただきます・ごちそうさまの 声をかける 子どもと一緒に挨拶をする	食前・食後のあいさつをする 子どもと一緒に挨拶をする	食前・食後のあいさつをする みんなていただきますをする	食前・食後のあいさつをする みんなていただきますをする	
	よく遊び、よく食べ、よく眠る						
健康	毎日決まった時間に食事が できるようなリズムを作っていく	早寝・早起き・排便のリズムを整えることの大切さを保護者へ伝えていく				子どもへも伝える	
		元気に大きくなれる・骨が丈夫になる・歯がはえてくる・風邪をひかない等、子どもに分かるように栄養を知らせていく					
					自分の適量を意識する	食と健康のつながり、体に必要な 食品の種類や量を知る	
食器・ 食具	手づかみ食べを十分ににする	手づかみ食べを十分に経験し スプーンへ移行する	スプーンを上持ちから下持ち、親指を 上にする持ち方へと移行していく	スプーンを正しく持つ→ 箸へ移行していく	箸を正しく使おうとする	箸が正しく使えるようになる	
	スプーンが使えるようになったら、持っていない方の手を食器に 添えるように働きかける		スプーンを持っていない方の手を 食器に添えるように働きかける	食具を持っていない方の手を 食器に添える	食器を持って食べようとする	食器を持って食べる	
	汁椀に手を添えて持ち上げて飲む						
	食器を大切に扱う意識をもつ						
姿勢	足裏が床につくように配慮し、安定した姿勢を保てるように工夫する			食事中の姿勢が正しく保てるように 声をかける	食事中の姿勢が正しく保てるようにする (正面を向いているか、肘をついていないか、足が床についているか)		
	抱っこ・脚上げいす(テーブル付) ・脚下げいす(テーブル付)・箱いす	テーブル付いす・箱いす	箱いす・いす(側面なし)	パイプいす	パイプいす・背もたれなしのいす		
咀嚼	唇を閉じて飲み込む・口をもぐもぐ 動かす・舌を左右に動かし歯茎で噛む・ 歯でかむ・前歯でかみ切る	前歯でかみ切る・歯茎でかむ・ 奥歯で砕き、すりつぶす	前歯でかみ切る・奥歯でかむ				
	つめこみ・早食いなどに注意する	よくかんで食べる・つめこみ食べに注意する			よくかんで食べる・かきこまずに食べる		
その他	食べたい気持ちを大切ににする		苦手なものが言える	苦手なものも食べてみようとする	苦手なものも食べてみようとする	苦手なものも一口は食べる 食べる量や種類を自分で選ぶ	
	食事のマナーを伝えていく						
	時間を意識し、見通しを持って食べる						
クッキング	調理前の食材を見る・さわる(特に季節の食材)						
	ラップおにぎり・パンのジャムぬり						
		【見る】おにぎり作り・あえもの作り・りんごの皮むき	【見る】りんごの皮むき 【作る】野菜ちぎり・野菜の皮むき(とうもろこし)	【見る】りんごの皮むき 【作る】野菜ちぎり・野菜の皮むき(とうもろこし)	野菜の皮むき(玉ねぎ・とうもろこし・ピーラーの使用)	野菜の皮むき(玉ねぎ・とうもろこし・ピーラーの使用) みそ汁・カレー・夏野菜の調理	
栽培	収穫した野菜の調理						
		野菜が育つ楽しみを感じ、興味を持つ		野菜を育てる楽しさを感じる	野菜などを育てる楽しさ・大変さを知る	野菜などを育てる楽しさ・大変さを知り、 食べ物や生産者への感謝の気持ちを持つ	
				きゅうり・ピーマン・なす	きゅうり・ピーマン・なす	米・大根・きゅうり・ピーマン・なす	