

食育実践計画書 (26年) 発心保育園

	月のねらい	指導内容	散歩・野菜づくり				保存食 クッキング	行事 (食育)	☆食育だより ★園だより	旬の食物
			種まき	苗植え	収穫	散歩				
4	・春の味覚にふれる	・給食の味に慣れる ・春の味覚に触れ楽しく食べる	枝豆	ゴーヤ ピーナツ きゅうり	菜花 スナップエン	わらび よもぎ摘み 野苺摘み	桜の葉の塩漬け わらび摘み		★保育園給食 衛生面、栄養面他	たけのこ キャベツ ピース
5	・手伝いしよう ・上手な手洗い	・春の野菜を知る ・正しい手洗いができるようになる	とうもろこし	とまと・なす ピーマン	ドウ ピース豆	桑の実採り	野いちごジャム	試食会 懇談会	☆・手洗いを丁寧に ・食べ物の働き	そら豆
6	・良くかんで食べよう ・保存食について知る	・噛むことの大切さを知る ・旬の野菜を知る	大豆	かぼちゃ スイカ・うり さつまいも	じゃが芋		梅漬け 梅ジュース カレー作り	梅ちぎり	★・虫歯の予防 ・旬こそ本物の味	玉ねぎ じゃが芋 きゅうり
7	・衛生に気をつけよう ・夏野菜に関心を持つ	・食中毒を理解して予防に心がける ・夏野菜の味を知る			夏野菜		とうもろこしの 皮むき	七夕まつり 宿泊保育	☆・夏野菜を食べよう ・食中毒予防	トマト ピーマン 枝豆
8	・夏を上手に乗り切ろう	・上手な水分の摂り方を知る ・ジュースや清涼飲料水について知る ・はやね早起きの重要性を知る	人参				ジャム (ブルーベリー)	夕涼み会	★・朝ごはんを食べよう ・夏バテしない食生活・ no 清涼飲料、	ぶどう スイカ かぼちゃ
9	・生活リズムを整えよう	・栄養と身体の健康の関係を知る ・クッキングの関わる	大根 かぶ こまつな				お月見団子	祖父母の集	☆・秋の味覚 ・早ね早起き朝ごはん ・保存食・おばあちゃんの知恵	くり さつま芋
10	・好き嫌いなく食べよう	・朝食の大切さについて関心を深める ・食べ物の働きについての話を聞く	春菊 ほうれん草		ピーナツ さつま芋 大豆	むかご拾い くり拾い	味噌	山登り 芋ほり	★・野菜嫌いをなくそう ・豆を食べよう	さといも かき
11	・感謝して食べよう	・食べ物に命があることを知り、感謝していただく	そら豆 ピース スナップエン	レタス キャベツ ブロッコリ 菜花		冬苺摘み	芋スイーツ 干し柿 柿ジャム	芋パーティー 秋の実り祭	☆・感謝して食べる	さつま芋 りんご 里いも
12	・食材を知ろう	・保存食を知る ・身体が温まる冬野菜の話を聞く ・食べ物の働きと身体の関係について関心を持つ。	ドウ	たまねぎ 白菜	大根 かぶ にんじん 白菜 ほうれん草		もち	もちつき クリスマス	★・風邪の予防、下痢の食事 ・身体が温まる野菜	かぶ ごぼう 人参
1	・お正月料理を知る ・朝食って大事だよ	・伝統文化に見られる食のあり方について知る ・朝食の献立について考える			じゃが芋		大根の漬物 切り干し大根 味噌	どんど焼き	☆・お正月 ・七草・冬野菜 ・食事のマナー	だいこん 白菜 れんこん
2	・かわりばんこに食べよう	・主食、副食、汁物を順番に食べる事を知る					芋煮会 金柑ジャム、味噌(卒園児へのプレゼント)	節分	★・節分について	
3	・みんなで楽しく食べよう	・仲間と共に食べる楽しさがわかる ・時間内に食事を済ませるようになる					みそ おやつ作り	ひな祭り お別れ会・会食	☆・卒園おめでとう ・人気メニュー紹介	菜花 ブロッコリー