

# 下小田中保育園の食育

～取り組みの一部を紹介します～

## 保育目標

・身近な大人や  
友達と楽しく  
食事をしよう。

心身ともに健康なこども

・食べものや料理に  
興味・関心を持ち、  
いろいろなものを喜

・生き生きと遊  
び空腹感を感じ、食事を楽し  
みにしよう。

玄関を入ると季節の食べ物がお出迎え



季節のレシピ



食べ物クイズ



食育の木

親子で食べ物に興味を持ってもらえるように季節ごとに、レシピ・食べ物クイズをやっています。

食育の木では、栽培物を持ち帰った時などに家庭での様子を書いてもらっています。

今年も「下小田中保育園水族館」をやりました。お魚博士も登場！「カンパチはもう少し大きいよ」「太刀魚は」等リクエストも

いろいろな体験をするよ！

給食室からいいにおいがするよ！覗いてキョロキョロ「今日のご飯は、なんですか～？」

幼児さんは簡単な調理も経験します。

いっしょに食べるよ！

みんなで食べるとおいしいね。旬を味わったり、行事食を食べたり、気持ちよく食べるマナーも覚えませす。お料理を作ってくれた先生との交流もあります。

ちょっとだけお勉強もするよ！

簡単な食べものの働きや、食事のマナー、生活習慣などを栄養士が直接子ども達にお話しします。

将来、自分で健康を維持できる食事を選ぶことのできる大人になれるよう、年齢に合わせた働きかけをしています。

たくさんあそぶよ！

たくさんあそんで、おなかペコペコ～。

生活リズムを整えて、おなかのすくリズムを作ります。

地域支援

- ・はいはい広場 第3木曜日
- ・親子でランチ 第1・3水曜日
- ・ミミケロ講座 春と秋の2回
- ・離乳食講座 春と秋の2回

離乳食は、子どもによって進み具合や食べ方に違いがあります。食べてくれないなど人によって心配事も違います。育児相談を、栄養士をはじめ、看護師、保育士とで行っています。調理デモや試食、食事つきの体験保育なども行っています。

下小田中水族館

