

所属 KBCほいくえん大井町

事業名	(KBCほいくえん大井町) 食育指導
実施日時・場所	2024年7月29日(月)、保育園内にて
対象	3歳4人、4歳3人、5歳2人 計9人
目的	コマを通じて、食事のバランスを考えられるようになる。
事業概要	予め三色食品群についての食育を行っていたため、そのおさらいを行った。その後、バランスという言葉について教え、食事にもその概念があることを伝えた。料理カードを使用してSVについて理解するのは年齢的に難しいと考えたため、給食とおやつを例にブロックの組み立てを子供達と行い、視覚的に食事のバランスを理解できるようにした。
使用教材	食事バランスガイドコマ、コマについての絵本、三色食品群媒体 (自作) (自作)
参加者の意見・感想等	保育者: 子供達が積極的に参加していて良かった。興味をもった2歳児なども巻き入っていて良かった。 5歳児: 「下のレがった」「またせてほしい」「ブロックたのしかった」etc
実施者の意見・感想等	年齢にバラつきがあるのを、分かりやすい表現に悩んだ。コマの実物に触れながら学ぶことで、ブロック遊び感覚で子供達が学べるよう工夫した。5歳児が少なかったため、料理カードを使用した食育計画を立てるのが難しかった。
効果(成果)	バランスという言葉が理解していなかった子供達が最後には「パパとママにもバランス教える」と言ってくれたことで、子供が家庭へ向けた食育ができたと思う。好き嫌いしないことをはじめ、自分の好きな食べ物でコマではどのような役割をばたしているのかを考えてくれる子供もいた。
その他	料理カードを保育園の限られた食育時間でどう生かすかが思い浮かばなかった。参考になる事例があれば教えてほしいです。