

所属 みらいく 旗の台保育園

|            |                                                                                                                                                                 |
|------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 事業名        | 食事バランスガイドを使って人と関わろう                                                                                                                                             |
| 実施日時・場所    | 2024年 11月 21日(木) 11:50~12:30<br>みらいく 旗の台保育園                                                                                                                     |
| 対象         | 5歳児 クラス                                                                                                                                                         |
| 目的         | 食事バランスガイドのコマを用いることにより、園児達へ分かりやすく給食の栄養バランスについて学んでもらう。                                                                                                            |
| 事業概要       | <ul style="list-style-type: none"> <li>・コマ全体が、1日の栄養素であることを話す。</li> <li>・食べる物のバランスが良くないと、コマのバランスが崩れてしまう様子を見せる。</li> <li>・当日の給食も含め、園児達が食べた食事でコマを完成させる。</li> </ul> |
| 使用教材       | 食事バランスガイドのコマ模型<br>ランチョンマット                                                                                                                                      |
| 参加者の意見・感想等 | <p>・コマの模型を用いて、栄養素について説明してもらい、子ども達も興味を持って話を聞いていた。</p> <p>給食では、バランスよく食べようと意識している子がたくさん見られた。</p>                                                                   |
| 実施者の意見・感想等 | <p>コマの模型に興味を持つ園児が多く、質問が出たり、話を熱心に聞いてくれたり、とても有意義な食育が出来たと感じる。</p>                                                                                                  |
| 効果<br>(成果) | <p>朝食 昼(間食)の3食で、しっかりご飯を食べないと栄養バランスが良くないことも学べた。給食だけではコマがほとんど完成しないことを視覚でハッキリと見ることができた。</p>                                                                        |
| その他        |                                                                                                                                                                 |