

年度 0歳児 食育年間計画（こども園）
 テーマ『今年度のこども園のテーマ』

★ 保育計画（月案）と連動してください

ねらいと手立て		ねらい					手立て							
	〈食と健康〉 (健康な身体づくり)	・空腹・満足感のリズムを生活の中でつけていく ・素材本来の味や食感に慣れ、離乳食を食べる					・個々の生活を把握し、食事や睡眠などの生活リズムを整えていく ・食事は発達に合わせて、食べやすい大きさ・やわらかさにし、個々の食べる様子や体調を見て、保護者と連携をとりながら進めていく							
	〈食と人間関係〉 (仲間づくり)	・特定の保育教諭との温かく楽しい雰囲気の中で食事をし、情緒の安定と信頼関係を築く					・ゆったりとした気持ちで顔を見ながら語りかけ、授乳や食事をする							
	〈料理と食〉 (感情を育てる)	・いろいろな食べ物を味わい、見たり触れたりする経験を重ね、食べたい気持ちになる					・食べ物の絵本や手あそびなどを通して、食べることへの関心を持てるようにする ・こどもの前で皮をむいたり、食材に触れる機会をつくる							
	〈食と文化〉 (マナーを身につける)	・食前食後の挨拶を保育教諭と一緒にしようとする ・手でつまんで食べたり、スプーンやコップに慣れる					・発達に合わせて挨拶や食事の仕方を繰り返し知らせしていく ・発達に合った食器や食具を使えるようにする							
	〈いのちの育ちと食〉 (生きることの関係を知る)	・信頼できる保育教諭と愛着関係を築き、心地よい生活を送る					・担当制など、いつも同じ保育教諭が食べたい・飲みたいという欲求を満たすように、丁寧に関わる							
食育活動		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	
	〈園行事〉	入園式			なつまつり			運動会	焼き芋	生活発表会 もちつき おたのしみ会	お正月あそび		お別れ会	
	〈栄養指導〉	＊ 園児の様子に合わせて食育集会に参加したり、食材に触れたり、見たりする ＊ 保育教諭、調理員、栄養士、看護師で連携をとり、個々にあった離乳食などを進めていく												
	〈菜園活動〉 植え付け	＊ 植え付けや種まき、水やりをしている姿を見る												
	収穫	＊ こども園の畑で実った作物を見たり、触れたりする												
	〈クッキング〉	＊ 職員が果物の皮をむくのをクラスで見たり、調理室を覗いたりする												
	絵本 紙芝居など	＊ 年齢や園児の姿、季節、行事などに応じて計画する												
	手あそび 歌など	＊ 年齢や園児の姿、季節、行事などに応じて計画する												
	保護者と ともに	離乳食試食会 クラス懇談会	保育参加 保育参観					育児講座	個人懇談会					
		＊ 年間を通してレシピ紹介やフォトニュース、クラスだよりなどで知らせていく												

年度 1歳児 食育年間計画（こども園）
テーマ『今年度のこども園のテーマ』

★ 保育計画（月案）と連動してください

ねらいと手立て		ねらい					手立て						
	〈食と健康〉 (健康な身体づくり)	・安定した生活リズムのなかで過ごし、食事をする ・いろいろな食べ物の味に慣れ、しっかり噛んで食べる					・食品の名前を知らせながら、食材への興味を引き出し、食べられない味や苦手なものも経験できるようにしていく						
	〈食と人間関係〉 (仲間づくり)	・保育教諭と一緒に喜んで食事をする					・「おいしいね」と言葉をかけながら、楽しい雰囲気の中で食事ができるようにする						
	〈料理と食〉 (感情を育てる)	・いろいろな食べ物を味わい、見たり触れたりする経験を重ね、食べることに期待感を持つ					・絵本の読み聞かせや歌・手あそび、まねっこあそびを通して、食べることへの興味を持てるようにする ・こどもの前で皮をむいたり、食材に触れる機会をつくる						
	〈食と文化〉 (マナーを身につける)	・食前後の挨拶をする ・椅子に座り、自分でスプーンを使って最後まで食べようとする					・挨拶や食事の仕方を繰り返し知らせていく ・正しい姿勢で食べられるよう、机や椅子の配置や高さに気をつける						
	〈いのちの育ちと食〉 (生きることの関係を知る)	・保育教諭と一緒に、育てている野菜を見て生長に興味を持つ					・菜園活動の様子を見に行き、生長を身近に感じられるようにする						
食育活動		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
	〈園行事〉	入園式			なつまつり			運動会	焼き芋	生活発表会 もちつき おたのしみ会	お正月あそび		お別れ会
	〈栄養指導〉	＊園児の様子に合わせて食育集会に参加したり、食材に触れたり、見たりする											
	〈菜園活動〉 植え付け	＊ 植え付けや種まき、水やりをしている姿を見る											
	収穫	＊ こども園の畑で実った作物を見たり、触れたりする											
	〈クッキング〉	＊ 職員が果物の皮をむくのをクラスで見たり、調理室を覗いたりする											
	絵本 紙芝居など	＊ 年齢や園児の姿、季節、行事などに応じて計画する											
	手あそび 歌など	＊ 年齢や園児の姿、季節、行事などに応じて計画する											
	保護者と ともに	クラス懇談会	保育参加 保育参観					育児講座	個人懇談会				
＊ 年間を通してレシピ紹介やフォトニュース、クラスだよりなどで知らせていく													

年度 2歳児 食育年間計画（こども園）
テーマ『今年度のこども園のテーマ』

★ 保育計画（月案）と連動してください

ね ら い と 手 立 て		ねらい					手立て									
	〈食と健康〉 (健康な身体づくり)	・身体をいっぱい動かしてあそび、しっかりおなかをすかせて食べる ・いろいろな食べ物を食べて味覚の幅を広げ、食べ慣れないものも食べようとする					・保育教諭や友だちと一緒に身体をいっぱい動かしてあそぶ活動を取り入れ、空腹感から食べる意欲につなげる ・給食に入っている食べ物や野菜の実物を見せるなどして、食べ物と食べる事への関心がもてるようにする									
	〈食と人間関係〉 (仲間づくり)	・友だちや保育教諭と言葉のやりとりをしながら、一緒に食べる楽しさを味わう					・園児の疑問や発見などに共感しながら、友だちと一緒に楽しい雰囲気の中で食事ができるようにする									
	〈料理と食〉 (感情を育てる)	・クッキングを通して、料理ができるまでの様子を知り、食べることへの期待感をもつ					・クッキングを通して、食材の色・形・香りなどを感じ、食へのイメージを広げる機会を作る									
	〈食と文化〉 (マナーを身につける)	・スプーン・フォークの持ち方が少しずつ上手になり、お箸に興味を持ち使おうとする ・食事のマナーを知る					・あそびの中で手先の力をつける取り組みをする（お箸あそび、ひも通し、パズルなど） ・食事のマナーを知らせる（正しい姿勢で座る、食前食後の挨拶など）									
	〈いのちの育ちと食〉 (生きることの関係を知る)	・身近な野菜を育て、収穫して味わう					・園児が生長を感じたり、水やりがしやすい環境をつくる ・収穫を共に喜ぶ									
食 育 活 動		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月			
	〈園行事〉	入園式			なつまつり			運動会 戸外保育	焼き芋	生活発表会 もちつき おたのしみ会	お正月あそび		お別れ会			
	〈栄養指導〉	＜春の食材を知る＞					＜夏の食材を知る＞ 食事のマナー、スプーン・お箸の使い方、よく噛んで食べる、好き嫌いをなく食べる など				＜秋の食材を知る＞				＜冬の食材を知る＞	
	〈菜園活動〉 植え付け	＜夏野菜を植える＞					＜冬野菜を植える＞									
	収穫	＜夏野菜を収穫する＞					＜冬野菜を収穫する＞									
	〈クッキング〉	＊職員がクッキングするのをクラスで見たり、調理室を覗いたりする														
	絵本 紙芝居など	＊年齢や園児の姿、季節、行事などに応じて計画する														
	手あそび 歌など	＊年齢や園児の姿、季節、行事などに応じて計画する														
	保護者と ともに	クラス懇談会	保育参加 保育参観					育児講座	個人懇談会 お弁当展示							
		＊年間を通してレシビ紹介やフォトニュース、クラスだよりなどで知らせていく														

年度 3歳児 食育年間計画 (こども園)
テーマ『今年度のこども園のテーマ』

★ 保育計画（月案）と連動してください

ねらいと手立て		ねらい					手立て						
	〈食と健康〉 (健康な身体づくり)	・身体をいっぱい動かしてあそび、意欲を持って食べる ・“早寝早起き朝ごはん”の大切さを知る ・食べ物の名前を知り、興味を持って食べる					・楽しく身体を動かす活動をたくさん取り入れていく ・規則正しい生活リズムの大切さを知らせる ・給食時に献立名や食材などを知らせ、興味を持てるようにする						
	〈食と人間関係〉 (仲間づくり)	・友だちや保育教諭と一緒に食べることを楽しむ ・食事を作ってくれる人がいることを知り、感謝の気持ちを持つ					・友だちや保育教諭と共に食事を楽しみ、人と関わる楽しさを味わえるようにする ・調理員や栄養士との関わりを持つようにし、感謝の気持ちを伝える機会をつくる						
	〈料理と食〉 (感情を育てる)	・友だちや保育教諭と菜園活動やクッキングを通して食材などに興味関心を持ち、おいしく食べる					・菜園活動やクッキングを通して、食べることに興味関心を持ったり、感動できる機会をつくる						
	〈食と文化〉 (マナーを身につける)	・食事のマナーを知り、みんなで楽しく食べる ・季節の食材や伝統行事の料理を知り、味わう					・食事に必要なマナー（姿勢・食器の使い方など）を知らせる ・季節の食材や伝統行事の料理など様々な食文化があることを知らせる						
	〈いのちの育ちと食〉 (生きることの関係を知る)	・菜園活動や食事などを通してすべてに命があることを知る					・菜園活動やクッキングなどを通して、食べ物を大切にすることを伝えるようにする						
食育活動		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
	〈園行事〉	入園式	戸外保育		なつまつり			運動会 戸外保育	焼き芋	生活発表会 もちつき おたのしみ会	お正月あそび		お別れ会
	〈栄養指導〉	＜春の食材を知る＞ 食事のマナー、お箸の使い方、よく噛んで食べる、朝ごはんの大切さ、食べ物と身体の関係、夏の水分のとり方、感謝の気持ちを持って食べる など											
	〈菜園活動〉 植え付け	＜夏野菜を植える＞					＜冬野菜を植える＞						
	収穫	＜夏野菜を収穫する＞					＜冬野菜を収穫する＞						
	〈クッキング〉	＊クッキングの作業内容：ちぎる、こねる、皮むき（手）、型抜き、トッピング など											
	絵本 紙芝居など	＊年齢や園児の姿、季節、行事などに応じて計画する											
	手あそび 歌など	＊年齢や園児の姿、季節、行事などに応じて計画する											
	保護者と ともに	クラス懇談会	保育参観 お弁当展示					育児講座	個人懇談会 お弁当展示				
＊年間を通してレシピ紹介やフォトニュース、クラスだよりなどで知らせていく													

テーマ『

★ 保育計画（月案）と連動してください

ねらいと手立て		ねらい					手立て							
	〈食と健康〉 (健康な身体づくり)	・"早寝早起き朝ごはん"を身につける ・いろいろな食材を好き嫌いせずによく食べる					・規則正しい生活リズムの大切さを知らせ、興味を持てるようにする ・自分の健康に関心を持ち、食べ物の栄養に興味を持てるように知らせる							
	〈食と人間関係〉 (仲間づくり)	・友だちや保育教諭と一緒に食事を楽しむ ・食事を作ってくれる人のことを知り、感謝の気持ちを持つ					・友だちや保育教諭と共に食事を楽しみ、人と関わる楽しさを味わえるようにする ・調理員や栄養士のお話を聞く機会を取り入れ、感謝の気持ちを伝える機会をつくる							
	〈料理と食〉 (感情を育てる)	・友だちや保育教諭と菜園活動やクッキングを通して食への興味関心を広げ、おいしく食べる					・友だちや保育教諭と菜園活動やクッキングを通して、調理過程への興味関心を育てる機会をつくる							
	〈食と文化〉 (マナーを身につける)	・食事のマナーを守って食べる大切さを知る ・季節の食材や伝統行事の料理を知り、味わう					・挨拶や姿勢など気持ちよく食事をするためのマナーを知らせる ・季節の食材や伝統行事の料理など様々な食文化があることに気づく機会をつくる							
	〈いのちの育ちと食〉 (生きることの関係を知る)	・菜園活動や食事などを通して、身近な食材や自然に興味を持ち、すべての命の大切さを知る					・菜園活動やクッキングなどを通して、植物の生長や命を大事にする気持ちを養う							
食育活動		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	
	〈園行事〉	入園式	戸外保育		なつまつり			運動会 戸外保育	焼き芋	生活発表会 もちつき おたのしみ会	お正月あそび		お別れ会	
	〈栄養指導〉	＜春の食材を知る＞ 食事のマナー、お箸の使い方、よく噛んで食べる、早寝・早起き・朝ごはん、食べ物と身体の関係、夏の水分のとり方、三色食品、感謝の気持ちを持って食べる など												
	〈菜園活動〉 植え付け	＜夏野菜を植える＞					＜冬野菜を植える＞							
	収穫	＜夏野菜を収穫する＞					＜冬野菜を収穫する＞							
	〈クッキング〉	＊クッキングの作業内容：ちぎる、こねる、皮むき（手・器具）、型抜き、トッピング など												
	絵本 紙芝居など	＊年齢や園児の姿、季節、行事などに応じて計画する												
	手あそび 歌など	＊年齢や園児の姿、季節、行事などに応じて計画する												
	保護者と ともに	クラス懇談会	保育参観 お弁当展示					育児講座	個人懇談会 お弁当展示					
		＊年間を通してレシピ紹介やフォトニュース、クラスだよりなどで知らせていく												

年度 5歳児 食育年間計画（こども園）
テーマ『今年度のこども園のテーマ』

★ 保育計画（月案）と連動してください

ねらいと手立て		ねらい					手立て							
	〈食と健康〉 (健康な身体づくり)	・規則正しい生活リズムを身につける ・食べ物と身体の関係に興味を持ち、バランスよく食べる					・規則正しい生活リズムの大切さを知らせ、自ら意識できるよう促す ・三色食品を通して栄養のバランスの大切さを知り、身体に必要な栄養を理解して食べられるようにする							
	〈食と人間関係〉 (仲間づくり)	・友だちや保育教諭と一緒に食事を楽しみ、人との関わりを深める ・食事を作ってくれる人のことを意識し、感謝の気持ちを表す					・友だちや保育教諭と共に食事を楽しみ、人と一緒に食べる嬉しさや関わることの楽しさが味わえるようにする ・調理員や栄養士との関わりを意識した取り組みを取り入れ、感謝の気持ちを持てるようにする							
	〈料理と食〉 (感情を育てる)	・友だちや保育教諭と菜園活動やクッキングを通して食への興味関心を広げ、自分たちで作る喜びやおいしさを共感する					・友だちや保育教諭と菜園活動やクッキングを通して、自分たちで作る意欲を持ち、共に喜びを分かち合える機会をつくる							
	〈食と文化〉 (マナーを身につける)	・食事に必要な習慣やマナーを身につけ、みんなで気持ちよく食べる ・季節の食材や伝統行事の料理、異なる食文化に触れ、興味関心を広げる					・挨拶や姿勢などみんなで気持ちよく食事をするためのマナーを知らせ、身につけられるよう促す ・就学に向けた活動を取り入れる ・季節の食材や伝統行事の料理、異なる食文化を知らせ、興味を持てるようにする							
	〈いのちの育ちと食〉 (生きることの関係を知る)	・菜園活動や食事などを通して、身近な食材や自然に興味を持ち、すべての命を大切にす					・菜園活動やクッキングなどを通して、自然の恵みや命と食事のつながりに気づき、食べ物への感謝の気持ちを持てるようにする							
食育活動		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	
	〈園行事〉	入園式	戸外保育	5歳児の特別な保育	なつまつり			運動会 戸外保育	焼き芋	生活発表会 もちつき おたのしみ会	お正月あそび	お別れ遠足	お別れ会 修了式	
	〈栄養指導〉	＜春の食材を知る＞ 食事のマナー、お箸の使い方、よく噛んで食べる、早寝・早起き・朝ごはん、食べ物と身体の関係、夏の水分のとり方、三色食品、感謝の気持ちを持って食べる など												
	〈菜園活動〉 植え付け	＜夏野菜を植える＞					＜冬野菜を植える＞							
	収穫	＜夏野菜を収穫する＞ ＜冬野菜を収穫する＞												
	〈クッキング〉	＊クッキングの作業内容：ちぎる、こねる、皮むき（手・器具）、包丁で切る、型抜き、トッピング など												
	絵本 紙芝居など	＊年齢や園児の姿、季節、行事などに応じて計画する												
	手あそび 歌など	＊年齢や園児の姿、季節、行事などに応じて計画する												
	保護者と ともに	クラス懇談会	保育参観 お弁当展示					育児講座	個人懇談会 お弁当展示					
		＊年間を通してレシピ紹介やフォトニュース、クラスだよりなどで知らせていく												

★ 保育計画（月案）と連動してください

ねらいと手立て		ねらい					手立て						
	〈食と健康〉 (健康な身体づくり)	・規則正しい生活リズムを身につける ・食べ物と身体の関係に興味を持ち、バランスよく食べる					・規則正しい生活リズムの大切さを知らせ、自ら意識できるよう促す ・三色食品を通して栄養のバランスの大切さを知り、身体に必要な栄養を理解して食べられるようにする						
	〈食と人間関係〉 (仲間づくり)	・友だちや保育教諭と一緒に食事を楽しみ、人との関わりを深める ・食事を作ってくれる人のことを意識し、感謝の気持ちを表す					・友だちや保育教諭と共に食事を楽しみ、人と一緒に食べる嬉しさや関わることの楽しさが味わえるようにする ・調理員や栄養士との関わりを意識した取り組みを取り入れ、感謝の気持ちを持てるようにする						
	〈料理と食〉 (感情を育てる)	・友だちや保育教諭と菜園活動やクッキングを通して食への興味関心を広げ、自分たちで作る喜びやおいしさを共感する					・友だちや保育教諭と菜園活動やクッキングを通して、自分たちで作る意欲を持ち、共に喜びを分かち合える機会をつくる						
	〈食と文化〉 (マナーを身につける)	・食事に必要な習慣やマナーを身につけ、みんなで気持ちよく食べる ・季節の食材や伝統行事の料理、異なる食文化に触れ、興味関心を広げる					・挨拶や姿勢などみんなで気持ちよく食事をするためのマナーを知らせ、身につけられるよう促す ・就学に向けた活動を取り入れる ・季節の食材や伝統行事の料理、異なる食文化を知らせ、興味を持てるようにする						
	〈いのちの育ちと食〉 (生きることとの関係を知る)	・菜園活動や食事などを通して、身近な食材や自然に興味を持ち、すべての命を大切にする					・菜園活動やクッキングなどを通して、自然の恵みや命と食事のつながりに気づき、食べ物への感謝の気持ちを持てるようにする						
食育活動		4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
	〈園行事〉	入園式	戸外保育	5歳児の特別な保育	なつまつり			運動会 戸外保育	焼き芋	生活発表会 もちつき おたのしみ会	お正月あそび	お別れ遠足	お別れ会 修了式
	〈栄養指導〉	食事のマナー		よく噛んで食べる	早寝・早起き・朝ごはん	夏の水分のとり方	三色食品		感謝の気持ちを持って食べる		食べものと身体の関係	お箸の持ち方	
	〈菜園活動〉 植え付け		ピーマン トマト とうもろこし	さつまいも			白菜	小松菜					
	収穫		玉ねぎ		ピーマン トマト	とうもろこし			さつまいも	白菜			
	〈クッキング〉		野菜の皮むき	カレーライス	ピザ		ポップコーン		焼き芋	みそ汁			
	絵本 紙芝居など	いちご そらめくんのベッド		ぐりとぐら やさいのおしゃべり			14ひきのかぼちゃ さつまのおいも ねずみのもちつき				おおきなかぶ たべものたび		
	手あそび 歌など	小さな畑 ちっちゃないちご おべんとうばこ		カレーライス さかながはなて すいかの名産地			おいもごろごろ やきいもグーチャーパー もちつきのうた				いわしのひらき きゃべつのおおむし 八百屋のお店		
	保護者と ともに	クラス懇談会	保育参観 お弁当展示				育児講座	個人懇談会 お弁当展示					
	＊年間を通してレシピ紹介やフォトニュース、クラスだよりなどで知らせていく												