

## 目指す子ども像

①お腹がすくリズムのもてる子ども ②食べたいもの、好きなものが増える子ども ③一緒に食べたい人がいる子ども ④食事づくり、準備にかかわる子ども ⑤食べものを話題にする子ども

年間目標		0 歳 児	1 歳 児	2 歳 児	アレルギー対応	
		【健】食べ物に興味を持ち、好き嫌いなく、しっかり噛んで完食できるようにになる。 【人】安定した人間関係の中で、楽しく食事ができる。 【文】食事の前には挨拶があるということを知る。 【命】お腹が空き、進んで離乳食を喜んで食べる。 【料】いろいろな食べ物を見る、触る、噛んで味わうなどの経験を通して自分で進んで食べようとする。	【健】好き嫌いせずに何でも食べ、自ら意欲的に食事ができる。 【人】様々な人と楽しく食事ができる。 【文】挨拶や手洗いを進んで行い、食事の準備中や食後など、静かに待てるようになる。 【命】野菜の栽培を見ることで、食材に興味をもつ。 【料】旬の野菜や魚などの美味しさを知る。	【健】自分が苦手なものも進んで食べ、自分の体や健康に興味をもてるようになる。 【人】様々な人と一緒に食べる楽しさを味わい、マナーを守って食事をする。 【文】食前、食後は静かに席に座って待てるようになる。 【命】挨拶や手洗いなどを進んで行い、作ってくれた人への感謝の気持ちをもつ。 【料】バランスよく食べる大切さを知る。	●園々のアレルギーの状況を指示書・検査結果表をもとに把握し、代替食を提供する。 ●家庭と連携をし、徐々に食べられる食品があれば部分的に解除をしていき、無理なく普通食へ移行できるよう援助していく。 ●アレルギーの心配のある子には、家庭で初めて口にする食材のときは、1品ずつ様子をよく見て進めるよう声掛けをしていく。	
月 齢		3か月～6か月未満	6か月～9か月未満	9か月～12か月未満	1歳～1歳3か月未満	1歳3か月～2歳未満
0 歳 児	■ねらい ★内 容	■安定した人間関係の中で心地よい生活を味わう。 ■お腹がすき、ミルクや離乳食を喜んで食べ、心地よい生活を味わう。 ■ミルク(母乳)以外の食材の味や舌触りに慣れる。 ★ゆったりとした雰囲気の中で授乳や食べさせてくれる人に関心をもつ。	★色々な食材の味や舌触りに慣れ、喜んで食べる。 ★ゆったりとした雰囲気の中で食べさせてくれる人に関心をもつ。 ★口をしっかりとごかし、咀嚼が行えるようになる ★よく遊び、よく眠り、進んで離乳食を食べる。	■いろいろな食べ物を見る、触る、噛んで味わうなどの経験を通して自分で進んで食べようとする。 ■よく噛んでから飲みこんでいけるようになる。 ★手づかみ食べをしながら進んで食べる。 ■コップの使い方に慣れ親しむ。 ■食事の前には挨拶があることを知る。 ★いろいろな食べ物に関心を持ち、自分で進んで食べ物を持って食べようとする。 ★そのまま飲み込むことなく、よく噛んでから飲み込む。 ★保育士等や友達を真似と一緒に挨拶をしようとする。	■様々な食材に慣れ、よく噛んで食べる。 ■食後に口の周りや手を自分で拭き、清潔にしようとする。 ■コップの使い方に慣れ親しむ。 ■スプーンを使って食べたり、コップや器をもって飲むとする。 ★口の周りや手をタオルで拭き、清潔にすることが快いということを感じる。 ★手づかみやスプーンを使い、しっかりとよく噛んで食べる。	■スプーンを使い、進んで食べる。 ■横を向いて食べたり、立ち歩いたりせず、進んで食事をするようになる。 ★スプーンを使い、最後まで自分で食べようとする意欲をもつ。 ★横を向いたり、立ち歩いたりすることなく、落ち着いて自分一人で食べようとする。
	■環境構成 ★援 助	■ゆったりとした環境の中で、一人一人の子どもの安定したリズムを大切にしながら心体の発達を促すよう配慮する。 ★一人一人の子どもの発達、発達状態を適切に把握し、家庭との連携を取りながら個人差に配慮する。	■喃語に応えながら、楽しい雰囲気の中で食事がとれるようやりとりを楽しむ。 ★「モグモグ ゴックン」など声掛けをしながらよく噛んで飲み込めるようになる。	■自分でしようとする気持ちを大切に、好き嫌いせず様々な味に親しみをもてるように食材の種類や調理法にも配慮する。 ■椅子と机の間を詰めすぎず、姿勢が安定し、正しい姿勢で座って食事ができるように促す。 ★子どもの食べる意欲を損なわないよう、一人一人の状態に応じて清潔に保っていきけるようになる。 ★コップのふちを上と下の裏で挟むことを伝えながら、コップの使い方に慣れさせていく。 ★挨拶をして食べられるよう、手を添えて一緒に進めたりしながら援助する。	★好き嫌いなく食べ、運動を行い、丈夫な体をつくることができようように声掛けをし、できたことは褒め、自信が付けよう配慮する。 ★口拭きをそばに置き、食べ終わったら拭くことを伝え、自ら進んで拭いていけるように声掛けをし、清潔を保つ。 ★スプーンを取りやすい位置に置く、食べ物が少なくなってきたら皿の一方に集めるなど、個々に合わせて援助し、こぼしても構わずに励まし、食べようとする気持ちを大切に促す。	★手づかみもするが、スプーンを持って一人で何でも喜んで食べることができるよう、手を添えるなどし少しずつ援助をし、手づかみで食べたらその都度声掛けをしていく。 ★子どもが食べ物に興味をもって自ら意欲的に食べようとする姿を受け止め、自立心の芽生えを尊重する。
期		I 期(4～5月)	Ⅱ期(6月～8月)	Ⅲ期(9月～12月)	Ⅳ期(1月～3月)	
1 歳 児	■ねらい ★内 容	■様々な食品や、調理形態に慣れ、楽しい雰囲気のもとで食べることができるようになる。 ■新しい環境で友達や保育士等と一緒に楽しく食べる。 ■スプーンの持ち方を確認し、在園児は正しい持ち方で、新入園児はスプーンを使うことを覚え、手を使うことなく食べられるようになる。 ★様々な食品や調理形態に慣れ、なんでも食べられるようになる。 ★連続の喜びを感じ、新しい環境で楽しく食べる。 ★手を使わず、スプーンを使い、口に運んで食べていく。	■いろいろな食べ物を見る、触る、噛んで味わうなどの経験を通して自分で進んで食べようとする。 ■よく噛んでから飲みこんでいけるようになる。 ■食事の前には挨拶があるということを知る。 ★いろいろな食べ物に関心を持ち、自分で進んで食べ物を持って食べようとする。 ★そのまま飲み込むことなく、よく噛んでから飲み込む。 ★食事の前には挨拶を知り、保育士等や友達と一緒に進んでいく。	■姿勢に注意して食べる。 ■好きなものはかり食べるのではなく、苦手なものでも食べる。 ■食事の挨拶や歌を歌えるようになる。 ★食べる姿勢に注意し、正しい姿勢で椅子に座り、食事を行う。 ★バランスよく食べる大切さを知り、意欲的に食べようとする。 ★食事の前にはきちんと座り、手を膝に置き、保育士等とともに挨拶をしたり、歌を歌ったりできるようにする。	■いろいろな種類の食べ物や料理を味わう。 ■スプーンを上手に使い、意欲的に食事ができる。 ★食べ物に興味、関心を持ち、進んで自分から食べていこうとする。 ★手づかみではなく、スプーンを使い、一人で食べ、完食したことを喜ぶ。	
	■環境構成 ★援 助	■新しい環境に慣れ、食べることの喜びや楽しさを感じられるよう保育室の環境に配慮する。 ■スプーンを持ちやすい位置に置き、自ら進んでスプーンを口に運ぶことができるようになる。 ★視覚や味覚、嗅覚も発達し、緑の食べ物を避けたり、好き嫌いが現れたり、食欲にもわがやであるので、一人一人の食欲、咀嚼力、手指の発達や家庭での生活などに配慮した食事となるよう家庭・保育士・調理員が連携する。	■噛む力を養うため、少しずつ大きさや硬さを変えていくとともに、大きめの食材や硬い食材は食べやすいように混ぜたり、よく噛むように声掛けをし、汁物、おかか、主食もバランスよく食べられるようになる。 ★食べ物をよく噛んで食べる大切さを知らせ、「もぐもぐ」「かみかみ」「ごっくん」と実際にまねをして見せたり、言葉で促すようにする。 ★器に負けずに過ごすために、しっかりと休息を取り、心身を休めることや食事をきちんととることが大切だということを伝え、家庭と保育園が連携して健康に配慮し好き嫌いなく食べられるようにする。	■椅子と机の間を詰めすぎず、座りやすいように配置を考え、正しい姿勢で座って食事ができるように促す。 ■食事にも慣れ、咀嚼・嚥下ができ、食べることが楽しくなるように食べやすい彩りにも配慮する。 ★口に運びやすいように援助し、上手に食べられたときには褒め、やる気をださせていく。 ★食事の前の挨拶は、子どもの手を添えたり、言葉をゆっくり発音するなど横断しやすいように配慮する。	■園々に合わせて分量を配慮したり完食できた喜びが味わえるよう配慮する。 ★好きな食べ物に偏らず、嫌いなものでも食べていけるように声掛けをする。 ★スプーンを正しく握って口に運べるよう、食器に手を添えたり声掛けをしたりする。	
2 歳 児	■ねらい ★内 容	■新しい環境で友達や保育士等と一緒に楽しく食べる。 ■食事に必要な基本的な態度や習慣を身に付ける。 ■食前、食後は自分の席で待ち、食事の際は姿勢よく周りを汚さないように気を付けて食べていく。 ★連続の喜びを感じ新しい環境で楽しく食べる。 ★楽しんで食事をしながら、少しずつ食べる量を合わせられるようになる。 ★みんなで「いただきます」、「ごちそうさま」の挨拶ができるように食事の時間を守り、待つという意識をもつ。	■園での生活リズムに慣れ、元気に過ごしていく。 ■手洗い・うがいをし、清潔な手で食べる。 ■季節感のある食材に親しみ、旬の夏野菜を味わう。 ★生活リズムが安定し、食事も完食して健康に過ごす。 ★手洗い・うがいの仕方を身に付け、清潔な状態を保てるようになる。 ★夏野菜などの観察を楽しみ、旬の夏野菜等を味わう。	■時間内に食べ終わるように自ら進んで食べていけるようになる。 ■食育指導により、食事習慣について興味をもち、家庭での食事や給食を食べる。 ■秋の魚や野菜、果物に関心をもつ。 ★時間内に食べることができるよう促していく。 ★視覚教材などを使って、食事習慣について興味をもつ。 ★秋の季節は、魚や野菜、果物がおいしいことに気づき、食べ慣れないものも積極的に食べていく。	■苦手なものも進んで食べ、様々な食材を意欲的に食べる。 ■食習慣の基礎を身に付け、みんなと一緒に食べることを喜び、楽しく食事をする。 ■箸の使い方に慣れ、意欲的に使おうとする。 ★様々な食べ物を進んで食べる。 ★食前後の挨拶や食べこぼさないよう気を付けるなど、基本的なマナーを守りながらみんなと一緒に食べることを楽しむ。 ★善の正しい持ち方を知り、喜んで使っている。	
	■環境構成 ★援 助	■食前食後の挨拶や食前に手洗いをするなどの習慣、食事のスピードなども周りに合わせていけるように配慮する。 ■新しい環境になり、落ち着いて過ごせるよう環境を整備する。 ★自分で苦手なものでも進んで食べていけるように声掛けをし、食べられた時には褒め、次へのやる気や意欲を引き出していく。 ★食事の前には挨拶や座って待つことを覚えていけるよう声掛けをする。 ★みんなて食べる楽しさを感じられるよう、「おいしいね」などの会話をしながら食べられるよう援助していく。	■夏野菜の特徴や歌や絵本で教え、植物の種、花、葉の形等の違いに気づき、野菜をよく味わえるようにする。 ★元気に過ごすために、しっかりと休息を取り心身を休めることや、食事をきちんととることが大切だということを伝え、家庭と保育園が連携して健康に配慮し好き嫌いなく完食できるようにする。 ★石鹸をよく泡立てることや「ぶくぶく、ガラガラ」と声掛けをし、徐々にできるように援助する。 ★食事の前の挨拶は、ゆっくり横断しやすいように配慮する。	■食事の大切さに気付けるよう、視覚教材などを用いて食育指導を行い、楽しみながら食べる興味、関心を広げる。 ■時間内にきれいに食べられるように励ましたり声掛けをして意欲的に食べていけるように促す。 ★季節により、様々な食材が収穫されることを知らせ、自然と食事のつながりに気付くように配慮し、行事食だけでなく、普段の給食にも興味をもって、意欲的に食べられるように配慮する。	■子どもが遊びや睡眠、排泄などの諸活動をバランスよく展開し、食欲を育むよう配慮する。 ★子どもが体と机が離れすぎないように、椅子の位置に配慮し、正しい姿勢で食事が摂れるようになる。 ★自分でやろうとする気持ちを大切にしながら、褒めたり、励ましたりするなど必要に応じた援助を行うことで意欲へとつなげていく。 ★保育士や友達と一緒に食べる楽しさが味わえるよう雰囲気作りや言葉かけなど配慮する。	

## 目指す子ども像

①お腹がすくリズムのもてる子ども ②食べたいもの、好きなものが増える子ども ③一緒に食べたい人がいる子ども ④食事づくり、準備にかかわる子ども ⑤食べものを話題にする子ども

年間目標	3歳児	4歳児	5歳児
	<p>【健】食生活に必要な基本的習慣や態度を身に付ける。</p> <p>【人】様々な人と一緒に食べる楽しさを味わい、マナーを守って食事をする。</p> <p>【文】季節の行事を通じ、伝統文化を知る。</p> <p>【命】自分の体に必要な食品を知り、バランスよく何でも食べられるようになる。</p> <p>【料】食材の色や形、食感の違いを楽しむ。</p>	<p>【健】自分の体に必要な食品の種類や働きを知る。</p> <p>【人】友達と一緒に食べる楽しさを味わい、愛情や思いやりを育てる。</p> <p>【文】楽しく食事をしながら、食事のマナーを身に付ける。</p> <p>【命】野菜の栽培を通じ、生育の様子を知る。</p> <p>【料】日本の伝統料理に触れ親しみを持つ。</p>	<p>【健】自分の体に必要な食品の種類や働きを知り、バランスを考えて食事をする。</p> <p>【人】食事を通して、感謝の気持ちを育む。</p> <p>【文】健康に過ごしていくための食習慣や生活態度を身に付け、集団生活でのルールなどが守られるようになる。</p> <p>【命】栽培や収穫を通じ、食材への感覚を豊かにする。</p> <p>【料】食事にふさわしい場を考え、落ち着いて食事をする。</p>

期	I 期(4～5月)	II 期(6月～8月)	III 期(9月～12月)	IV 期(1月～3月)
3歳児	<p>■ねらい ★内 容</p> <p>■環境構成 ★援助</p>	<p>■ねらい ★内 容</p> <p>■環境構成 ★援助</p>	<p>■ねらい ★内 容</p> <p>■環境構成 ★援助</p>	<p>■ねらい ★内 容</p> <p>■環境構成 ★援助</p>
4歳児	<p>■ねらい ★内 容</p> <p>■環境構成 ★援助</p>	<p>■ねらい ★内 容</p> <p>■環境構成 ★援助</p>	<p>■ねらい ★内 容</p> <p>■環境構成 ★援助</p>	<p>■ねらい ★内 容</p> <p>■環境構成 ★援助</p>
5歳児	<p>■ねらい ★内 容</p> <p>■環境構成 ★援助</p>	<p>■ねらい ★内 容</p> <p>■環境構成 ★援助</p>	<p>■ねらい ★内 容</p> <p>■環境構成 ★援助</p>	<p>■ねらい ★内 容</p> <p>■環境構成 ★援助</p>