

【様式 3】

③食育の日の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	高知県
取組市町村名 取組団体・企業名	土佐町 土佐町立みつば保育園
取組の名称	食品分類の取り組み
実施時期	12月18日（月）
取組に該当する 食育ピクトグラム	
取組内容	【目的】 ・健康について興味関心を持ち、自分の体に必要な栄養や食材の働きを知ります。 ・食材の生産者や、調理する人への感謝の気持ちを育てます。 ・アレルギー食について知ります。 【対象者】 ・5歳児（26名） 【内容】 ・当日の献立の中に使われている食材の食品分類をしながら、三色食品群の働きが自分達にとってどのようなエネルギーになっているのかを考えます。 ・自分達の食を担う調理員さんに感謝の気持ちを伝えます。 ・アレルギー食の必要性やその理由、また命の大切さを知ります。 【取組を通して】 ・食材カードで食品分類を毎日行なうことで、「じゃが芋は体を温めるよ」「トマトは赤いけど緑の仲間だよ」等と、食への関心を深めます。 ・調理員に保育室へ足を運んでもらって本物の食材で食品分類を行ない、メニューの調理過程を伝えています。「干し椎茸は水に戻したらシナシナだね。すごい！いい匂いや。」と、栄養素が自分達の成長に繋がっていることや、調理方法により味の美味しさ（うまみ）が出ること等に気付く声が上がっていました。食べる様子を見てもらったり子ども達と触れ合ったりする中で、調理員への感謝の気持ちを感じ、子ども達からその思いを伝える事が出来ました。 ・アレルギー反応の怖さ、また食事や命の大切さを学び、「（誤食について）みんなで気をつけていこう」「そうだね、間違ったら大変！」と、友達を気遣う声も聞こえ、仲間づくりにも繋がっていきました。

