

【様式 2】

②食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	埼玉県
取組市町村名 取組団体・企業名	白岡市
取組の名称	食育指導（食事のマナー、クッキング等）
実施時期	5月から3月
取組内容に該当する 食育ピクトグラム	
取組内容	白岡市立保育所では、年長児に年間 11 回の食育指導を行っています。 正しい手洗い方法について学んだ時は、手にジェルを塗り、いつも通りに手を洗い、ブラックライトにあてると、洗えていない部分が青く見えるので、洗えていない部分がなくなるよう、正しい手洗いを身に着けました。 食事のマナーについて学んだ時は、正しい箸の持ち方や食事の際の正しい姿勢やマナーを学びました。 野菜について学ぶ際は、箱の中に入っている野菜を手で触り、その感触で何の野菜かをあてるゲームをしました。そして、その野菜が、どのようにして生育するかについて学びました。 調理室で使われている調理器具について知る機会もありました。100 人分の給食を作る調理器具は家庭で使っているものよりも大きくて子ども達は驚いていました。 畑で野菜の栽培を行っており、その野菜を使ってクッキングもしました。ジャガイモや夏野菜を収穫した際はカレーを作り、さつまいもを収穫した際は、スイートポテトを作りました。 給食の時間に異年齢交流をすることもあります。年長児から他の子ども達に食事のマナーを伝えたり、食材について学んだことを伝えるなどして、会話を楽しみ、マナーを守って食事をします。年下の児童にとっても、食について学ぶ機会になっています。

【様式 2】

②食育月間以外の月の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	埼玉県
取組市町村名 取組団体・企業名	上尾市
取組の名称	保育所給食献立表と給食だよりの保護者へのアプリ配信
実施時期	通年
取組内容に該当する 食育ピクトグラム	
取組内容	○令和5年上尾市では、登降園管理などを行う保育園保護者アプリを導入した。アプリ導入に伴い、保育所給食実施献立表及び給食だよりを各保育所からアプリ経由で保護者に配信している。 今までは紙媒体だったが、アプリ配信により、保護者が手元にある端末で確認が取れるようになった。紙の削減につながっただけでなく、紙媒体ではモノクロでの印刷であったが、カラーで配信できるようになり、視覚にも見やすい状態で配信することが可能になった。 <令和5年度> 野菜を美味しく食べよう 野菜を食べることが健康にとって大切なことは、広く知られていますが、特有の味、風味、歯ざわり、触感を持つ野菜は、子どもには受け入れづらい食べ物の一つです。 2～6歳児の保護者の調査では、野菜を毎日2回以上食べる割合が50%程度、1日に1回も食べないことがある割合は20%を超えています。〔平成27年度乳幼児栄養調査の結果概要〕厚生労働省） 今回は、家庭で野菜を美味しく食べてもらうヒントをお伝えします。 ★子どもが野菜を嫌う理由 - 固い野菜が嫌 れんこんやごぼうといった軟らかくない野菜は、噛む力が弱い子どもには食べにくい野菜です。 - 刺激がある味が嫌 苦い、辛味は舌が敏感な子どもにとって刺激があるので、本能的に避けようとする。 - べらべらで上手に噛めない野菜が嫌 レタスのような薄い野菜は、子どもが上手にすりつぶすことができません。 ★調理の工夫で美味しく食べよう - 苦みのあるピーマンなどの野菜は、苦みが減り、食べやすい食感になります。 - ごぼうやれんこんの根菜は5mm程度の厚さに切って、ゆっくり煮るとホクホク感が出て、食べやすくなります。 <令和4年度> 子どもの熱中症を防ぐポイント 夏になると気になるのが熱中症。大人よりも体温調整機能が十分に発達していない乳幼児は、大人が気を付けてあげましょう。 (1) 顔色や汗のかき方を十分に観察しましょう (2) 適切な飲料行動を学習させましょう (3) 日頃から暑さに慣れさせましょう (4) 服装を選びましょう 【1日に必要な水分量】体重1kgあたり 乳児：50～120ml 幼児：90～100ml お食事をとることで水分・塩分補給ができます。朝食を食べて登園することが熱中症予防につながります。 <参考> 環境省「熱中症環境保健マニュアル2018」 献立紹介