

保育所・こども園における食育ビジョンについて

こども保育課

1 食育とは

保育所・こども園給食とは、保育の重要な一部門であり、乳幼児の心身の成長・発達と健康の保持増進に必要な栄養量を供給するとともに、日々の食事を通して、発育・発達段階に応じて豊かな食に関わる体験を積み重ね、生涯にわたって健康で質の高い生活を送る基本となるものである。

平成 20 年 3 月 28 日に改定された保育所保育指針において、「第 5 章 健康及び安全」の中で、「食育の推進」を位置付け、施設長のもと、適切に実施するよう求めている。また保育所における食育は、健康な生活の基本としての「食を営む力」の育成に向け、その基礎を培うことを目標としている。

平成 26 年 4 月には、幼保連携型認定こども園教育・保育要領が策定・告知され、幼保連携型認定こども園においても、食育は現状の保育所、幼稚園と全く同じ位置づけになっている。

現在、各園・所では、園児の発達段階や実態に応じて、食事を通して教育的配慮も考慮し、食育年間計画を作成し、取り組みを深め、食育を推進している。

2 目標

健康な生活の基本としての「食を営む力」を育て、その基礎を培う。

数値目標

指標名	単位	目標値	指標選択理由
調理員の 喫食時巡回回数	回	毎日 1 回以上	子どもの様子、個別対応の有無、喫食状況の把握の成果を示す。
給食研修会の参加回数	回	毎月 1 回以上	食育、給食運営に必要な知識や技術、衛生管理などについて研修を受け資質の向上に努めているかの成果を示す。
クッキング保育回数	回	年 6 回以上	保育所・こども園におけるクッキング保育の取り組みの成果を示す。
試食会	回	1 クラス年 1 回以上	給食の内容やその実際を知り、食への理解・関心を高めているかの成果を示す。

3 食育のねらい及び取り組み内容

- (1) 子どもが生活と遊びの中で、意欲を持って食に関わる体験を積み重ね、食べることを楽しみ、食事を楽しむ合う子どもに成長していくことを期待するものであること。

ア 食と健康

健康な心と体を育て、自らが健康で安全な生活をつくり出す力を養う。

- ・好きな食べ物をおいしく食べる。
- ・いろいろな食べものに関心を持ち、様々な食べ物を進んで食べる。

- ・三色食品群表や栄養のうた等を知り、日常的な食べ物がどんな力をつけるか関心を持つ。
- ・自分の健康に関心を持ち、必要な食品をとろうとする。
- ・健康と食べ物の関係について関心を持つ。
- ・健康な生活リズムを身につける。
- ・うがい、手洗いなど、身の回りを清潔にし、食生活に必要な活動を自分でする。
- ・保育所・こども園生活における食事の仕方を知り、自分たちで場を整える。
- ・食事の際には、安全に気をつけた食事の仕方を身につける。
- ・自らの身体状況に合わせた食事の仕方を知る。

イ いのちの育ちと食

食を通じて、自らも含めたすべてのいのちを大切にする力を養う。

- ・身近な動植物と触れ合う。
- ・動植物に触れ合うことで、いのちの尊さ、不思議さなどに気づく。
- ・自分たちで野菜を育てる。
- ・収穫の時期に気づく。
- ・自分たちで育てた野菜を食べる。
- ・身近な生き物を飼い、世話をする。
- ・卵や乳など、身近な動物からの恵みに、感謝の気持ちを持つ。
- ・食べ物を皆で分け、食べる喜びを味わう。

- (2) 子どもが自らの感覚や体験を通して、自然の恵みとしての食材や調理する人への感謝の気持ちが育つように、子どもと調理員との関わりや、調理室など食に関わる保育環境に配慮すること。

ア 食と人間関係

食を通じて、他の人々と親しみ支え合うために、自立心を育て、人と関わる力を養う。

- ・楽しい雰囲気の中で保育士や友達と一緒に食べる。
- ・栄養士や調理員など食事をつくる人と一緒に食べる。
- ・身近な大人と食事の話題を共有する。
- ・身近な大人や友達とともに、食事をする喜びを味わう。
- ・同じ料理を食べたり、分け合って食事することを喜ぶ。
- ・食生活に必要なことを、友達とともに協力して進める。
- ・食の場を共有する中で、友達との関わりを深め、思いやりを持つ。
- ・調理している人に関心を持ち、感謝の気持ちを持つ。
- ・地域のお年寄りや外国の人など様々な人々と食事を共にする中で、親しみを持つ。
- ・楽しく食事をするために、必要なきまりに気づき、守ろうとする。

イ 食と文化

食を通じて、人々が築き、継承してきた様々な文化を理解し、つくり出す力を養う。

- ・食材にも旬があることを知り、季節感を感じる。
- ・なるべく地場産物ものを使用し、地産地消を推進する。

- ・地域の産物を生かした料理を味わい、郷土への親しみを持つ。
- ・外国の人々など、自分と異なる食文化に興味や関心を持つ。
- ・伝統的な食品加工に出会い、味わう。
- ・食事にあった食具（スプーンや箸など）の使い方を身につける。
- ・挨拶や姿勢など、気持ちよく食事するためのマナーを身につける。

ウ 料理と食

食を通じて、素材に目を向け、素材にかかわり、素材を調理することに関心を持つ力を養う。

- ・料理を作る人に関心を持つ。
- ・身近な大人の調理を見る。
- ・食事づくりの過程の中で、大人の援助を受けながら、自分でできることを増やす。
- ・食べたいものを考える。
- ・食材の色、形、香りなどに興味を持つ。
- ・調理器具の使い方を学び、安全で衛生的な使用法を身につける。
- ・見て、嗅いで音を聞いて、触って、味見して、料理をつくる。
- ・身近な大人や友達と協力し合って、調理することを楽しむ。
- ・おいしそうな盛り付けを考える。
- ・食事が楽しくなるような雰囲気を考え、おいしく食べる。
- ・食事を催促したり、要望を伝える。
- ・食事の準備や後片付けに参加する。
- ・自分で料理を運んだり、盛り付けたりする。

（3）計画の作成と評価・改善及び関係機関との連携

ア 乳幼児期にふさわしい食生活が展開され、適切な援助が行われるよう、食事の提供を含む食育の計画を作成し、保育の計画に位置付けるとともに、その評価及び改善に努めること。

（ア）給食検討会

給食業務の円滑な運営を図り給食の目的を達成するために、関係職員による給食検討会を定期的開催し、給食に関する内容について協議し、意見の交換や知識・技術の研鑽の場とすることにより、給食運営の向上を図る。

- ・給食検討会は月1回開催し、献立の内容、喫食の状況、子どもの様子などについて協議する。
- ・旬の材料や季節感を取り入れ、おいしくて変化に富んだ献立を考えるとともに、年齢ごとの発達や食物アレルギーの有無など子どもに合った献立を検討する。

（イ）職員会議

園内において、職員会議を定期的開催し、給食の個別対応や喫食状況などについて園での対応を協議する。

- ・職員会議は週1回以上開催し、必要に応じて給食に関する内容について協議する。
- ・給食委託の場合は、委託側・受託側双方の関係者が出席し、意見交換を行うこと。

(ウ) 給食研修会

給食業務を円滑に進めるために、食育、給食運営に必要な知識や技術、衛生管理などについて研修を受けるなど資質の向上に努めること。なお園全体で共通認識を図るため、調理担当者のみならず必要に応じて保育部門の研修にも配慮するとともに、研修結果について報告する機会を設ける。

- ・給食に関する研修は月1回以上参加し、資質の向上に努める。
- ・研修内容は園全体での共通認識を図るため、必要に応じて保育部門の研修にも配慮するとともに、研修結果について報告する機会を設ける。

(エ) 新メニュー

新たに提供する食事の量と質、食品や調理方法、食事環境などに配慮した献立を作成するため、調理実習を開催する。

- ・事前に各園・所で新メニューを考え、給食検討会で調理実習の献立を決定する。
- ・調理実習後はグループワークを行い、量の調整、調理方法などを検討し、給食に導入するかどうか決定する。

イ 食物アレルギー、体調不良、障がいのある子どもなど、一人一人の子どもの心身の状態等に応じ、嘱託医、かかりつけ医等の指示や協力の下に適切に対応すること。栄養士が配置されている場合は、専門性を活かした対応を図ること。

(ア) 食物アレルギーのある子どもへの対応

保育所・こども園給食におけるアレルギー除去食の指示について、保護者と面談を行ない、保護者、保育所・こども園、医療機関との連携を密にした意思疎通を行なう。

- ・食物アレルギーが疑われるときには、嘱託医やその子どものかかりつけの医師に診断を受け、その指示に従って除去食を提供する。また、家庭との連絡を密にし、その対応に相違がないように十分に心がける。
- ・食品の除去、代替などを必要とする場合にも、皆と同じものを食べたい子どもの気持ちを大切に、同じような献立になるように配慮する。
- ・献立作成に当たっては、保護者に使用食材を説明し、食品の除去や代替の対応をする。
- ・容易に長期間制限を続けるのではなく、家庭との連携のもと、定期的に主治医を受診し、指示を受けるなど、適切に対応する。
- ・保育所・こども園内に委員会等を設置し、食物アレルギーに関する協議の場を設け、定期的に研修を行う。
- ・給食検討会や所長会等で、自園の食物アレルギー対策の情報を提供し共有する。

(イ) 体調不良の子どもへの対応

一人一人の子どもの体調を把握し、個々の状況に応じた給食を提供する。

- ・担当保育士は連絡帳や聞き取りなどにより、家庭での様子を把握する。
- ・担当保育士は子どもの状況を調理員に伝える。
- ・体調に応じた食材を選択し、調理形態を工夫した食事と水分補給を行う。

- ・必要に応じて嘱託医やかかりつけ医の指導・指示に基づき食事を提供する。
- ・食事前に子どもが体調不良となった場合でも可能な限り対応する。
- ・その他、食が進まない子どもについても個別的に考慮する。

(ウ) 障がいのある子どもへの対応

療育機関、医療機関などの専門職の指導・指示に基づき適切な支援を行う。一人一人の子どもの心身の状態、特に咀嚼や嚥下などの摂食機能、手指などの運動機能や障がい特性などの状態に応じた配慮を行う。

- ・担当保育士は連絡帳や聞き取りなどにより、家庭での様子を把握する。
- ・担当保育士は子どもの状況を調理員に伝える。
- ・調理員は個別の対応（食事形態など）をしている子どもの様子を観察し、調理形態や食品の選択などを行う。
- ・保健師などの他職種と連携し、摂食機能や発達状況などを把握する。

ウ 子ども発育と発達過程に応じて食べる力をつける。

(ア) 授乳・離乳食

乳児にとって望ましい授乳や食事の時間、環境を作るためには、入園・所前の家庭での生活状況などを把握し、保護者と保育所・こども園が連携をとりながら進める。また離乳食を提供するにあたり、保護者と、子どもの成長を確認しながら連携をとり、計画的に離乳食を進める。

- ・入園・所前に調理員と保育士が保護者と面談を行い、現在食べている食材など、家庭での離乳食の進み具合を聞き取り調査する。
- ・調理員が保護者との面談や聞き取り調査をもとに、家庭での離乳食の進み具合を把握し、個々に合わせた内容にする。
- ・咀嚼力に個人差があるので調理形態を別にする、食材の進み方に個人差があるので使える食材を考えたメニューにする。
- ・保育所・こども園での子どもの状況、離乳食の進み具合を保護者に知らせ、また、家庭での様子など保護者と面談をしながら把握する。
- ・保護者との面談の内容や聞き取り調査などについて記録する。

(イ) 偏食や過敏さ、こだわりのある子

偏食・過敏・こだわりだけに焦点を当てず、楽しい遊びを基本にしながら、安心できる人との関係や友達への憧れ、楽しい自分に会おう喜びを時間をかけて丁寧に育てていくように進める。そのことが、過敏さをやわらげ、受け入れられる感覚の窓を広げ、こだわりを軽減していくことにつながる。給食においても調理員と保育士が時間をかけて、その子に合わせてじっくり取り組む。

- ・必要に応じて保育士と調理員が保護者と面談を行い、現在食べている食材など、家庭での食事の進み具合を確認する。
- ・調理員は子どもの様子を観察し、調理形態や食品の選択などを行う。

- ・友達とともに菜園活動やクッキング保育を楽しむ中で、食に興味・関心を持ち「楽しい」「おいしい」を感じ、食の世界が広がるようにする。
- ・保健師などの他職種と連携し、発達状況などを把握する。

4 情報発信と交換

(1) 家庭とのつながり

子どもの「食を営む力」の育成を目指し、保育所・こども園と家庭は連携・協力して食育をすすめていけるよう家庭に対し、子どもの食事の様子や、保育所・こども園が食に関してどのように取り組んでいるかを伝え、家庭への食育の関心を高め、食育の実践が広がるように努める。

- ・連絡帳（乳児）や保護者との会話を通じて、家庭と保育所での食や体調などに関する情報を共有する。
- ・給食だよりや献立などによる保育所・こども園の食事に関する情報を提供する。
- ・展示食コーナーを設置し、給食の実物を見てもらう。
- ・保育参観での試食・講演会や親子クッキングを開催し、食育に関する意識を高める。
- ・離乳食や食に関する相談・助言を行なう。
- ・聞き取り調査を実施し、家庭の様子を把握する。
- ・クラスだよりや写真などで、子どもの食事の様子やクッキング保育、菜園活動などの様子を伝える。

(2) 地域とのつながり

食育を進めるにあたって、他の保育所・こども園、小学校などの教育機関、保健センターなどの医療、食糧生産、老人クラブなどと連携しながら、食育の目標を共有し、地域における食育のニーズを把握し、それに基づいて食育の実践を展開する。

- ・地域での農業や食品の製造従事者によるお話や実演を行なう。
- ・実習生、体験学習生との交流を図る。
- ・地域の人々との行事食・郷土食などで触れ合う。
- ・保健センターなどと連携し、未就園の子育て家庭への支援を目的とした食に関する相談・講座を行なう。
- ・子どもの連続的な発達などを考慮し、相互理解が深まるように小学校などの教育機関と連携する。

＜平成28年2月作成＞