

所属 健康推進課栄養指導担当

事業名	区立幼稚園での食育応援講座
実施日時・場所	①平久幼稚園、②③豊洲幼稚園、④ひばり幼稚園、⑤第三大島幼稚園 ⑥⑦東砂幼稚園、⑧みどり幼稚園、⑨⑩なでしこ幼稚園、⑪もみじ幼稚園
対象	幼稚園年長児、保護者
目的	(保護者) 幼児期に必要な栄養と身に着きたい食生活について啓蒙する (園児) 三大栄養素について学ぶ
事業概要	保護者：東京都幼児向け食事バランスガイドリーフレットを用いて、「幼児期の食生活」、「お弁当作りのきほん」をテーマに講義を行う。 園児：食べ物の働きと関連食品について、クイズを交えながら学ぶ。 ※①については、コロナの影響によりオンラインにて開催。
使用教材	東京都幼児向け食事バランスガイド 第三次江東区食育推進計画（概要版）リーフレット
参加者の意見・感想等	離乳期に比べて、幼児期のこどもの保護者は、何をどれだけ食べたらよいかの意識が薄れていくため、指標をなる媒体として、当リーフレットを用いた食育は有効だと思う。
実施者の意見・感想等	指導する側にとっても、一目でわかる資料を提示できることは、ありがたい。
効果 (成果)	実施後、園児より自身のお弁当の中身をみて、バランスが揃っているか否かの話題が自然に上がっていたため、今回の食育が身につけている様子が伺えた。
その他	