

所属 社会福祉法人こうほうえん
キッズタウンにしおおい

事業名	食事のバランスについて
実施日時・場所	令和3年5月18日・19日 昼食前 保育室
対象	4・5歳児クラス
目的	料理にはいろいろな役割のあるものがあることを知り、バランス良く食べなくてはならないことを理解する
事業概要	<ul style="list-style-type: none"> ・主食から牛乳、果物までそれぞれの役割を知る ・朝食とその日の給食・おやつがどの色に当てはまるのか考える ・コマは回らないと安定しないことから運動も大切だと理解する ・食べる量は主食を一番多く、次に副菜の順で、さらにいろいろな色の料理を食べなくてはならないことを知る
使用教材	食事バランスコマ・料理カード・おもちゃのコマ
参加者の意見・感想等	<ul style="list-style-type: none"> ・朝ごはんの色が足りていない子が明日は早起きしてきちんと食べると言っていた。 ・帰ってからおうちの方に話してねと伝えると、4歳児クラスでは出来ないと言っている子が多かったが、5歳児クラスでは出来ると答える子が多かった。
実施者の意見・感想等	<ul style="list-style-type: none"> ・料理の色分けは大まかには理解できたが、以前行っていた三色の栄養素に比べ、難しく感じているようだった。 ・動かないとコマが傾いてしまうことを知っていたため、運動も大事ということは伝わりやすかった。
効果 (成果)	<ul style="list-style-type: none"> ・給食の時間に行くと今日はまだコマ完成してないねと話ず様子があり、1日の中でコマを完成させればよいということを理解しているようだった。
その他	