

所属 さくら保育園

事業名	さくら保育園
実施日時・場所	令和8年1月28日 さくら保育園
対象	5歳児
目的	食べ物の体への働きを知り、 バランス良く食べることの大切さを知る。
事業概要	主食、副菜、生菜の言葉と、それぞれ体への働きがあり、どのように分類されるのかを説明する。バランスガイドのシキを使い、バランスの良い献立だとフランクちゃんが元気に走り、悪い献立だと崩れてしまう様子を見せる。実物大料理カードを使用し、一食分の献立を選ぶ。
使用教材	東京都幼児向け食事バランスガイドコマ、実物大料理カード
参加者の意見・感想等	食事バランスガイドのコマに楽しく興味を持ち、話をよく聞き、理解しようとする姿が見られた。料理カードも併用することで、イメージや楽しく行なえた。
実施者の意見・感想等	言葉や色分けの説明だけでなく、実際にコマを使用することで、バランスの良い悪いを表現しやすかった。目で見える印象をより強調できて、子どもたちの反応も良かったように感じた。
効果(成果)	一食分の献立を選ぶ。色分けと一緒に確認すると、偏りに自分で気づいたり、足りないものに気づくことができ、消えたり補ったりしながらバランスの良い一食分の献立を完成することができた。自分の献立が完成したあと、お友だちが確認しているときに一緒に加わったり、楽しく興味を持つ者が多かった。
その他	なし