

1、食育の取り組みについてのアンケート結果

対象園 111 園(私立保育園 95 園・認定こども園 6 園・幼稚園 5 園・公設民営園 5 園)
 回答園 102 園(私立保育園 86 園・認定こども園 6 園・幼稚園 5 園・公設民営園 5 園)

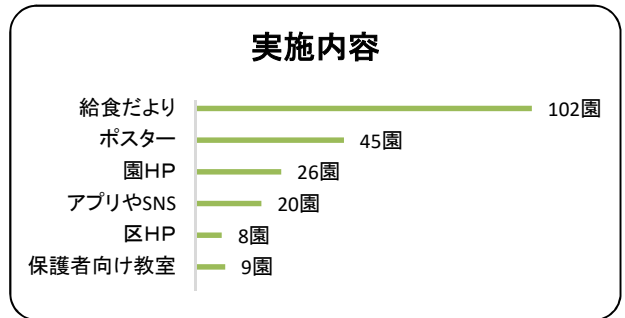
(回答率 91.89 %)

【1】保護者向けに実施した食育の内容

※ 保護者向け食育とは、保護者自身と家族の食生活や、家庭での食育などについての働きかけのこと

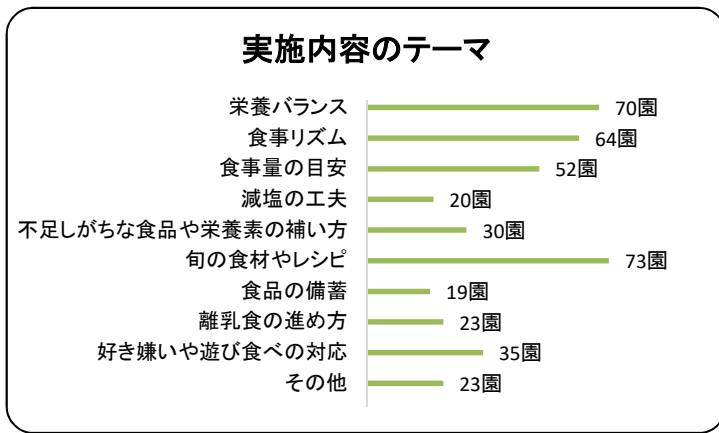
・ 実施内容(重複回答含む)

内容	給食だより	ポスター	園HP	アプリやSNS	区HP	保護者向け教室	計(延園数)
園数	102	45	26	20	8	9	210



・ 実施内容のテーマ(重複回答含む)

内容	栄養バランス	食事リズム	食事量の目安	減塩の工夫	不足しがちな食品や栄養素の補い方	旬の食材やレシピ	食品の備蓄	離乳食の進め方	好き嫌いや遊び食べへの対応	その他	計(延園数)
園数	70	64	52	20	30	73	19	23	35	23	409



・ その他の内容(自由記載)

- ・ 食事の写真。 ・ 年中行事等。
- ・ 食事の姿勢。
- ・ よく噛んで食べる じょうぶな骨の作り方。
- ・ 人気のレシピ、園での食育活動など。
- ・ その月の献立のレシピや、行事についての豆知識など。
- ・ 季節の行事、病時(または予防)の食事、SDGs、咀嚼、和食など。
- ・ クックパッドで、保育園メニューの作り方の配信と、バランスゴマのポスターの掲示、給食だよりでは、季節の食材についてや、砂糖の過剰摂取の啓蒙等をだしています。

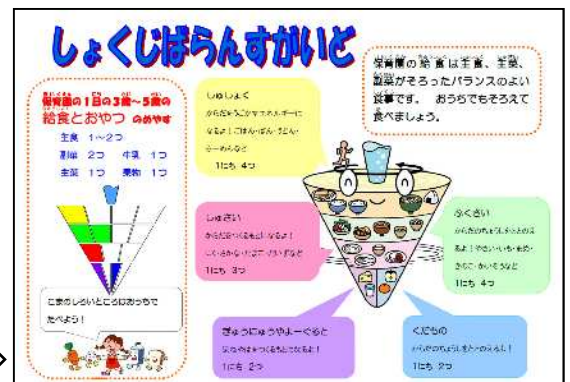
【2】食事バランスガイドの掲示物がありますか？

	はい	いいえ	計
園数	54	48	102

・ 展示物内容(重複回答含む)

内容	カード立て	園で作成したもの	その他	計(延園数)
園数	50	6	1	57

※カード立ては、健康部にて作成したA5版カード立て



・ 掲示物その他(自由記載)

- [・ 委託業者が作成した食事バランスガイド。]

【3】区HPの閲覧の有無

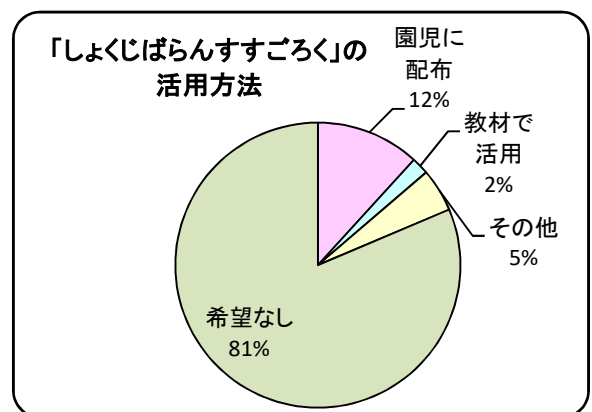
	あり	なし	計
食育教材閲覧	59	43	102
栄養関連情報閲覧	48	54	102

・閲覧しての感想・意見(自由記載)

- ・動画も有り、分かりやすく保護者の方にも情報としておすすめしたいと思います。
- ・保育園で出来そうな教材が貸し出されているので、実際に借りてやってみようと思っています。
- ・情報や利用できるものがあるととてもありがたいです。後は、実施するのみです。がどのように組みこんでいくかが課題です。
- ・食育教材は以前から興味があったが、前もって年間の予定を決めて希望を出さなければならないなど貸し出しに大変さを感じて利用できなかった。栄養関連情報については今回初めて知ったので、今後必要に応じて閲覧したいと思う。
- ・以前、ウェブでの講習会の際に貸し出しのできる食育教材があること知り拝見しました。クッキングの際に一緒に用いて内容を充実させたいと思っていました。
- ・貸し出しなどがあると分かり、何かの時は心強いなと思いました。
- ・他の園の食育の実施内容なども閲覧することができ、計画や実施する際の参考になる。
- ・離乳食の進め方を閲覧したのですが、初めての人でもわかりやすく記載されており、すぐに知識として取り入れられる情報がたくさんあり、ためになりました。

【4】幼児向け「しょくじばらんすすごろく」の活用方法

方法	園児に配布	教材で活用	その他	希望なし	計
園数	12	2	5	83	102



・「しょくじばらんすすごろく」の感想、意見 (自由記載)

- ・遊びながら食への興味が持てるので、とても良い教材でした。
- ・家で子供たちが作ってみたいで、食材の絵が書いてあることでわかりやすかったのではないかと思います。
- ・クリスマスプレゼントとして活用させていただきました。親子で学べる良いきっかけだと思いました。
- ・楽しみながらバランス良く食べることを伝えられた
- ・当園は在園児の年齢が3歳以下なので難しいと思い希望しなかった。
- ・食育で使用したかった。
- ・園児に配布し、家庭で楽しみながらバランスについて親子で学んでもらえた。
- ・サイコロとコマを別の用紙で余白がもう少しあると子ども達も切りやすいのかなと思いました。

【5】食育での取り組みで工夫している点や困っていることがありますか？(自由記載)

- ・コロナが明けて、少しずつコロナ前の食育に戻していった状態です。しかし、コロナ禍が4年あり、その間は、できることをやってはきましたが、今の子どもたちがコロナ前のようにできるようになるのはまだまだ先のような気がします。他の園では、コロナを経て、変わったことや、取り組んでることを知りたいなと思います。
- ・ネットで調べたりすれば分かる様な内容の情報発信は基本的に必要ないという園の意向があり、給食だよりの内容も園での子ども達の様子等を伝える事が中心。保護者向け食育という点に関しては情報発信が難しい。
- ・食事バランスガイドの幼児向け説明が難しい。また、理解したうえでシールを貼る作業も非常に難しい。
- ・3食食品群を話したりしているが日々につなげていく具体的な実施内容を知りたい。
- ・食事バランスガイドは数など説明しづらいので使用していません。三色の食品群を使用しています。
- ・こどもたちにわかるような言葉だったり絵を使って説明するように心がけています。それをどこまで理解できたのかが悩みです。

- ・子ども達が積極的に食育活動に参加できるように園で畑をつくったり、給食に提供される食材に触れさせる機会を増やすよう工夫を行なっている。また、クッキングを取り入れることで自分たちで一から調理した物を食べる喜びや達成感に繋がられるよう工夫を行なっている。
- ・食材に触れる食育だけではなく、媒体などを使って分かりやすい食育を心掛けています。
- ・食育での特に未満児に向けての食育が、何かいい案があれば教えていただきたいです。
- ・魚の解体ショーを実施したり、旬の食材を使ったイベント(すいか割りなど)を行っている。
- ・収穫した野菜でクッキングする事で、食べられない食材が食べられたり、レストランごっこでいつもよりも苦手な物でも食べられたり、おかわりすることができるようになったりするようになった。
- ・野菜の下処理を子ども達に行ってもらったり、クラスで和え物の味付けをしてもらったり、おやつのおにぎりは自分たちで握ってもらったりと、食材や料理に子ども達が直接携わることで興味や関心を持ってもらうような工夫をしています。
- ・今年度に入り食育を充実させていこうと取り組みを始めたばかりなので、今後の子供たちに期待したいと思います。教材としての食育はまだ始めていないので、子供の成長に見合ったものを選んで進めていきたいと思っています。
- ・食の細かい子や興味がない子への対応。給与栄養量に従い献立作成してるが、園児の中には足りなくて降園後お腹がペコペコだということなのですが個人対応として多くするのかおかわり制度が良いのか各園の方針もあるかと思いますが気になっています。保護者クレームにつながることもあるため。
- ・「箸の使い方や姿勢」「行事食のお話」などの食育を行う際、幼児にわかりやすく伝えるためにどのような媒体を使うかいつも悩みます。
- ・子どもたちが、食への関心を深めることに繋げるために、楽しみながら学べる工夫や興味を持てるような題材の工夫などに心掛けている
- ・保護者向けにアンケートを行い、困っていることや食具の使い方など返答をまとめて、全園児にお知らせしている。また、給食の人気レシピなどをお知らせしている。野菜を栽培して、クッキングに利用したり、素材の味に親しんでいる。白米などしか食べない子が増えていること、対応など難しいと感じる。
- ・教育時間の中で栄養士が食育指導を行える時間が少なく、指導内容や方法について悩んでいる。
- ・子どもたちが興味を持ち、理解しやすいようにと考えている。五感を使った食育の取り組みを取り入れ、体感しながら子どもたちの記憶に残るように考えている。

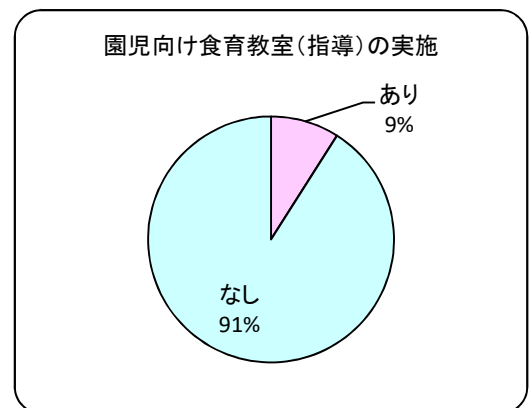
2、園児向け貸し出し教材実施集計報告

※食育実施報告書より集計しています。(対象園数:111園)

・園児向け食育教室(指導)の実施

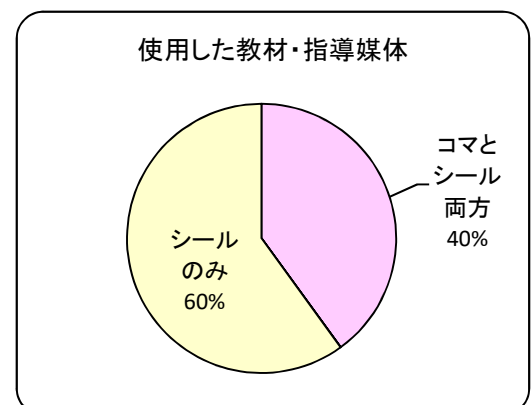
	あり	なし	計
園数	10	101	111

※園児向け食育教室とは、「幼児向け食事バランスガイドコマ(立体)」(以下コマ)と「シール教材」の両方又はどちらか一方を使用して食育指導を実施した場合とします。



・使用した教材、指導媒体

教材・媒体	コマとシール両方	コマのみ	シールのみ	計
実施園数	4	0	6	10



・ コマやシールを使用しての感想と考察

- ・ 食事のバランスについてコマを回して説明することで、子どもにインパクトを与えることができて良かった。大人数相手にシールの貼り方を説明するのが大変であった。
- ・ 難しい内容でも、子ども達は集中して話を聞いていた。バランスゴマを活用するので、子どももわかりやすく5つの働きを理解しやすかった。
- ・ 子どもたちは楽しそうに話を聞き、シール台紙にシールを貼ることを楽しんでいて。小学校等で食事バランスガイドを見て分からないと思わないよう今回導入として活動を行った。なかなか子どもたちには難しいと思っていたが、皆、集中し、シールを貼る活動も楽しく行っていた。子どもたちからは「またやりたい」「楽しかった」と言ってもらえた。
- ・ シールを貼る作業をとっても楽しみながら行っていた。バランスよく食べられていない事を理解して一喜一憂する姿があった。朝食に野菜が不足しがちであり、「もう少し朝ごはんに野菜が食べられているとできたよシールだったね。」と話すと、子どもたちから「だって出してくれないんだもの」という声もあり、保護者向けの発信も必要であると感じた。
- ・ ほとんどの子が食事はバランスよく食べなくては行けないと理解しているようであったが何人かはよくわかっていない様子だった。くり返し学習していこうと思いました。(分類の仕方や名前等)
- ・ これまでの食育で伝えてきた主食はごはんやパン、麺を表すことを覚えていたり、力になるんだ！と発信してくれたり、食事バランスガイドは初めての取り組みでしたが、1人1人集中してシールはりをしていたので、楽しく食育をすることができました。日々続けていけば何が不足しているのか、多かったのか知る経験も増やしていきたいです。
- ・ コマについて説明する際、バランスの良い食事・悪い食事を実際のコマを用いて説明した方が分かりやすいと思いました。次回はバランスコマも借りて行いたいと思います。食事バランスガイドについて楽しく取り組んでいる様子が見られよかったです。

・ コマやシール以外の教材

教材・媒体	まめっこ	エプロンシアター	パネルシアター	料理カード	食育カルタ	紙芝居	計(延園数)
実施園数	5	4	2	2	3	3	19

・ コマやシール以外の教材を使用しての感想と考察

- ・ まめっこ … 正しくお箸が持てていない子には、ひよこ型で練習を多く行い、上手につかめると喜んでる姿が見られた。2回目ということもあり、大豆を多くつかめたり、集中してお箸の練習をしていた。
- ・ エプロンシアター … 子どもたちもとても興味を持って見てくれたので、エプロンシアターを使用しながらどうして「早寝早起き朝ごはん」が必要なのかをわかりやすく話を導きやすかったです。
- ・ パネルシアター … 子どもたちは、パネルにとっても興味を持ち、絵札の大きさもちょうど良く使いやすかったです。カレーやグラタンのポケットから食材が出てくるわくわく感とかとても参考になり、子どもたちの気持ちも集中しているように感じました。
- ・ 食育カルタ … 絵を見て、「これ絶対フライドポテトだよね！」と読み札を予想しながら行っていた。カードの絵を見ながら、様々な食材に興味を持つ姿が見られた。栄養素など伝えながら行えると良かったと思う。
- ・ 紙芝居 … 3歳児にもわかりやすい内容で、「よく噛んで食べる大切さ」を伝えることができた。食前に紙芝居を読んだことで、昼食中に思い出し話題にする姿があり食材に興味を持つきっかけとなった。