

所属 健康推進課栄養指導担当

事業名	食育応援講座（幼稚園）
実施日時・場所	区立幼稚園
対象	区立幼稚園全園（17園）の年少・年長組園児とその保護者
目的	幼児期に必要な栄養と身に着きたい食生活について啓発する
事業概要	幼児期の栄養について(下記使用教材を用いて) ～必要なエネルギー、栄養素について～ ・お弁当の量と詰め方、お弁当作りのポイント 等
使用教材	東京都幼児向け食事バランスガイド 区内にて作成の資料 パネルシアター 食材カード 等
参加者の意見・感想等	離乳期に比べ、子どもに何をどれだけ食べたらよいか、偏食に悩むとの意見があり、指標となる媒体としてとても有効だと思う。
実施者の意見・感想等	「東京都幼児向け食事バランスガイド」は幼児期に必要な食事量とそれぞれのバランスが料理のイラストで示されているので、言葉だけでの説明より伝えやすい。 しかし、1SVの基準が対象者に説明するのが難しいと感じる。
効果 (成果)	1日の食事の適量とバランスの良い食事について、生活の中で実践できる様につながられた。 食事のバランスやお弁当のことなど、幼稚園には栄養士が在籍していないので、講座の実施をすると、幼稚園・保護者から好評である。
その他	