

所属 品川区立小山台保育園

事業名	東京都知恵向け食事バランスガイドコマ
実施日時・場所	令和5年9月5日(木) 小山台保育園 5歳児室
対象	5歳児
目的	<ul style="list-style-type: none"> ・食事コマを見て、バランスよく食事することの大切さを知る。 ・主食、副菜、主菜、牛乳、乳製品、果物の種類や働きを知る。
事業概要	<ul style="list-style-type: none"> ・食事バランスガイドコマを組み立て、バランス良く食事することが大事であることを伝える ・主食、副菜、主菜、牛乳、乳製品、果物の種類や働きを知らせる。
使用教材	食事バランスガイドコマ
参加者の意見・感想等	食事バランスガイドコマを組み立てると、興味をもちながら見ていた。それぞれ1日にどれだけの量を食べたら良いか知ると「朝-昼-夜食べる」「毎日食べる」と言葉にしていた。主食や副菜等の種類や働きを伝えると、「好き嫌いしないで食べる」と話し、意識を促していた。
実施者の意見・感想等	食事バランスガイドコマを組み立て、実際に食べ物の写真を掲示したことにより子どもたちも最後まで興味をもって話を聞いていた。子どもたちの食事バランスや栄養に対する意識が高まる良い機会となった。今後も学習コンテンツをおさらいし、またバランスガイドコマを借りた。
効果(成果)	給食時に「苦手なものがあるけど、体に良いから頑張って食べる」と発言したり、食事の栄養を意識しながら食事する姿があった。学習コンテンツを保護者に話したり、翌日も「今日は〇〇食べました」と話していた。
その他	