

三条地域振興局健康福祉環境部

モデル園：二松保育園（弥彦村）

実施期間：平成21年11月4日～平成22年3月10日

協力団体等：食生活改善推進委員、在宅歯科衛生士、村管理栄養士

お口げんき体操ワン・ツー・スリー（給食前のお口の体操）

○実施してみた○

対象：5歳児（26人）

保育士と園児と一緒にCDに合わせてお口の体操をすることで、園児たちが興味を示し、楽しみながらお口の体操をするようになりました。

食事前の短時間で出来るので、園児たちの負担も少なく、良かったと思います。

よく^か噛んで食べるための習慣を定着する取組

対象：5歳児（26人）

○取組内容○

^か噛みごたえのあるおやつを取り入れました。

○実際に行ったこと○

スルメや小魚など、^か噛む回数を増やすものを取り入れました。

○実施してみた○

スルメはジャーキー状になっている物を取り入れ、^か噛む力や回数を増やすことが出来ました。

園児は良く^か噛むことで、よく味わえるようになりました。

「^か噛むことは大切」という事をその都度園児に教えることで、園児たちの意識も向上しました。

保育園の独自の取組

管理栄養士による講話、親子クッキング

対象：5歳児とその保護者（44人）

○実際に行ったこと○

1 管理栄養士による講話 「楽しく食事をするために」

①保護者向けの講話

②親子でカードゲーム「バランスのとれた食事を作ろう」

園児が作成した食品カードを親子で並べ、バランスのとれた食事について学びました。

2 親子クッキング 「親子でおにぎりづくり」

3 会食

○実施してみて○

食の大切さを振り返るよい機会になったと思われます。

バランスのとれた食事について親子で学ぶことができました。

親子でおにぎりを作り、一緒に給食を食べ、楽しく食事ができました。

園児以上に保護者の反応がよく、講話、おにぎり作り、給食会食等すべてが充実した時間、経験になったと多くの方より感想をいただきました。

保護者に園での取組をお知らせしたり、給食を味わってもらったりして、食育に関心を持ってもらうよい機会になりました。

事業全体を振り返って

保育園で口腔ケアと食育の働きかけを一緒にすることで、園児の口腔機能の向上や生活習慣等に変化がみられたことから、次年度も村独自の事業として継続実施されています。

事業を続けていくことによって、保護者に食育の意義を伝えていく機会を作っていきたいと思えます。