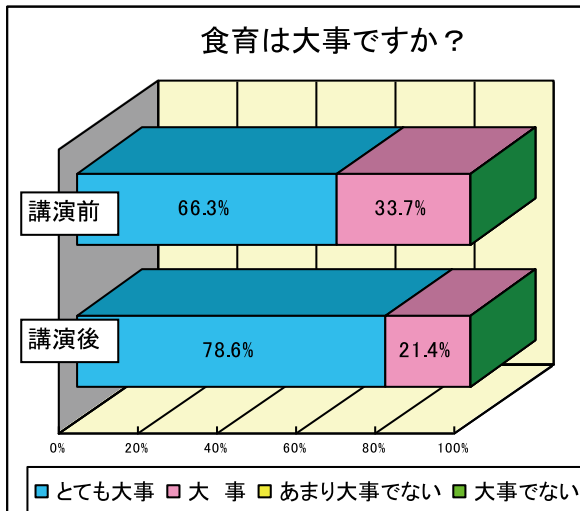
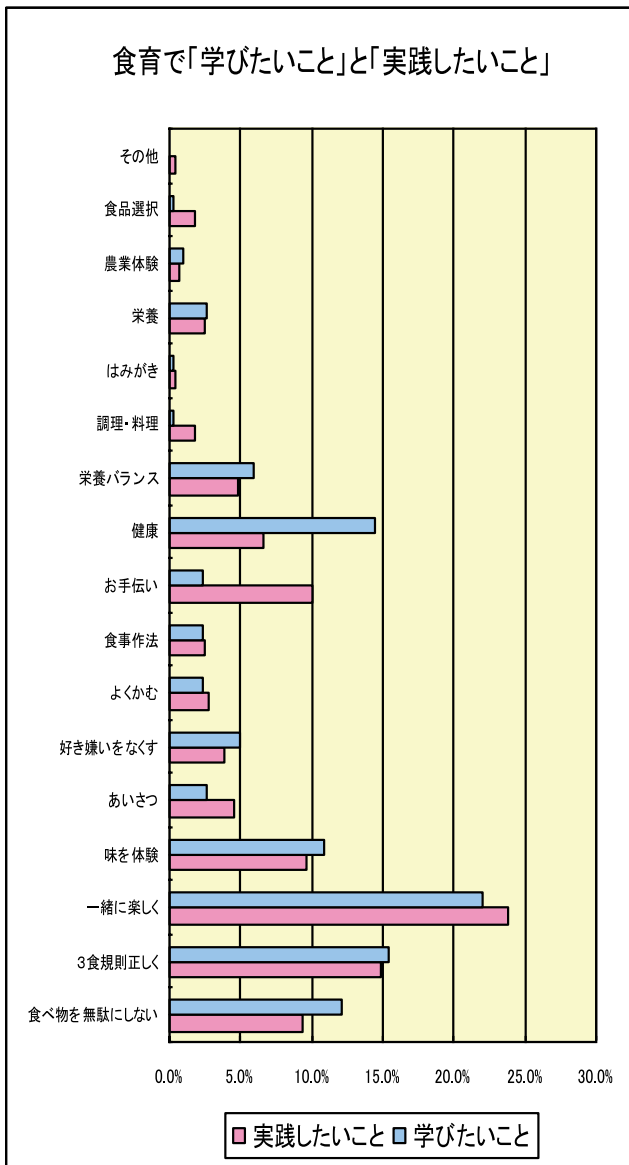


また 「食育は大事だと思いますか？」という問いに対し、講演前は、約66%の方が「とても大事」との回答でした。講演後は講演前に比べ「とても大事」と思う人の割合が約13ポイント高まりました。



講演前の「お子さまへの食育はどのようなことを学ぶことだと思いますか？」の問いに対し、多かった回答順は「家族等と一緒に楽しく食事する」「1日3食規則正しく食べる」「食べ物を無駄にしない」

そして、講演後の「お子さまへの食育はどのようなことを実践したいですか？」の問いでは、「家族等と一緒に楽しく食事する」「1日3食規則正しく食べる」「食事のお手伝いをする」が多い回答でした。

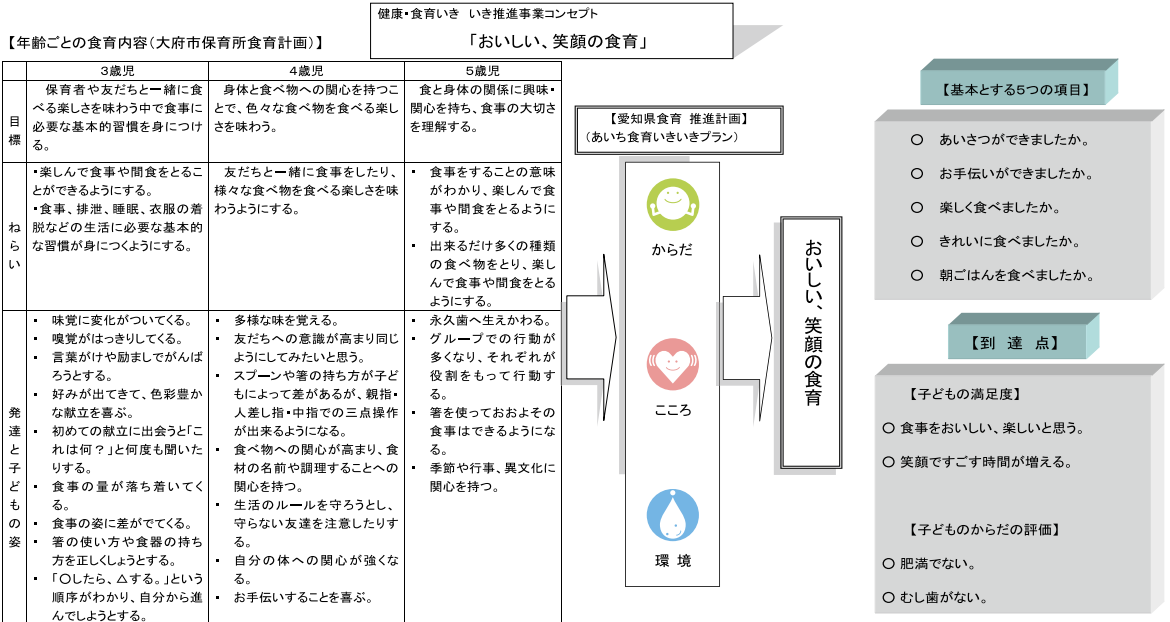


☆「健康・食育いきいきノート」の作成

「健康・食育いきいきノート」を作成するための検討会議を設け、食への関心が高まるようなノートの工夫について意見を出しました。

健康・食育いきいきノート作成について

【ノート作成の意義】 ○成長(実践)の記録 ○保育所と家庭の交流 ○食育の知識・情報啓発



☆「健康・食育いきいきノート」の配布

健康・食育いきいきノートは、「あいさつ」「お手伝い」「楽しく」「きれいに」「朝ごはん」の5つを基本項目として、毎日の実施状況について、通園児自らがシールを貼ることで確認できる形式にしました。

最初の一週間はステップ1として、5つの基本項目からそれぞれ決められたためあてにチャレンジしました。

次のステップの一週間は、5つの基本項目それぞれから自分たちでためあてを5つ選んでチャレンジし、最後のステップの一週間は、「朝ごはんを食べました」と自分たちで選んだためあての2つにチャレンジする内容にしました。

そして、大府市の3保育園の通園児(約300人)の家庭に配布し、約1か月の間活用していただくことにしました。

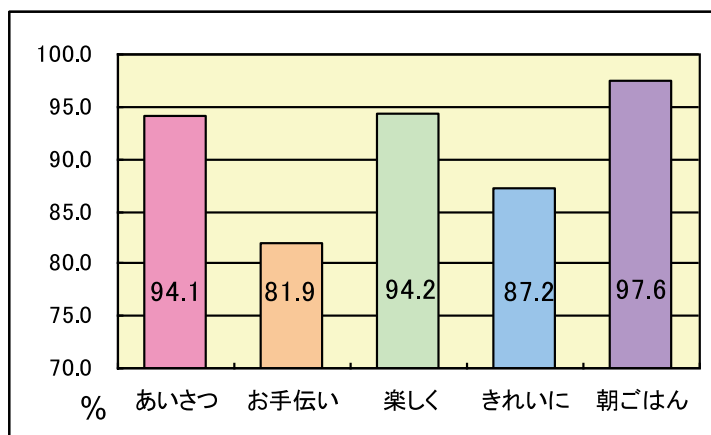


☆「健康・食育いきいきノート」の成果

	年少	年中	年長	合計
実施人数	42	72	71	185

「健康食育いきいきノート」で実施したステップ1の結果では、一週間を通じて最も実施率の高かった食育活動は、「朝ごはんを食べました。」(97.6%)でした。

続いて実施率の高かったためあては、「家族と楽しくごはんを食べました。」(94.2%)「いただきます、ごちそうさまをいいました。」(94.1%)「食事の前に、手をあらいました。」(87.2%)「ごはんのお手伝いをしました。」(81.9%)でした。



ステップ2では、5つの基本項目について、それぞれ実施するめあてを選び、一週間実践することとしました。

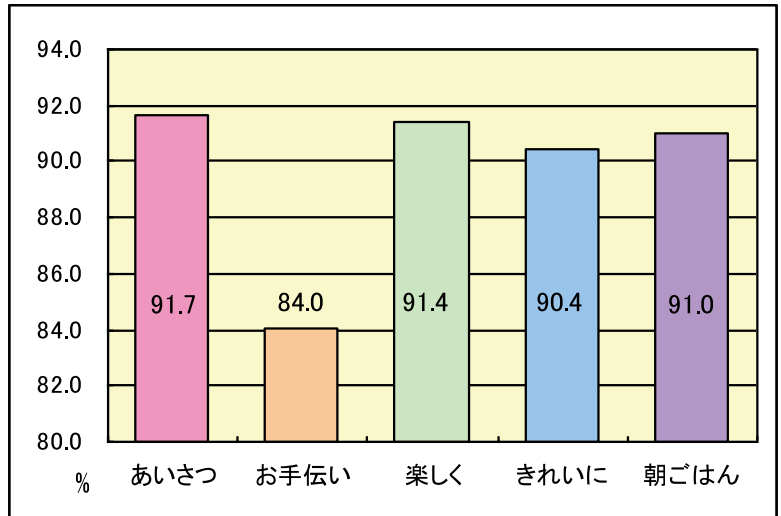
各基本項目の中から選ばれためあてとして、高いものは右表のものでした。

基本項目	上位選択めあて	割合
あいさつ	いただきます、ごちそうさまをいいました。	73.7%
	かんしゃのきもちでごちそうさまといえました。	14.0%
おてつだい	おさらをはこびました。	53.3%
	ごはんのおてつだいをしました。	20.3%
たのしく	かぞくとおはなししながらたべました。	32.2%
	ほいくえんのことをはなしました。	23.0%
	きれいなたべものもすこしたべました。	
きれいに	スプーンやおはしをつかってたべました。	24.3%
	のこさずたべました。	22.2%
あさごはん	あさごはんを食べました。	53.6%
	あさごはんをのこさずたべました。	31.5%



実施したステップ2の結果では、5つの基本項目のめあてをそれぞれ各自で選んだことから、幅広く食育活動が実施できたようです。

最後のステップ3では、「朝ごはんを食べました」ともうひとつのめあてを各自で選び、一週間実践することとしました。



多く選ばれた主なめあては、下表のとおりでした。

○ステップ3までの実施状況

- ステップ1実施・・・117名 (63.2%)
- ステップ2実施・・・120名 (64.9%)
- ステップ3実施・・・140名 (75.7%)
- ステップ1からステップ3まで通して

ステップ3で多く選ばれた主なめあて	
いただきます、ごちそうさまをいいました。	33%
おさらをはこびました。	21%
かぞくとおはなししながらたべました。	12%
やさいのなまえを〇つけました。	12%
のこさずたべました。	11%

実施できた通園児は、88名と全体の約48%でした。

健康・食育いきいきノートでは、ノートの最後に今回の取り組みを通じてのお子さまの姿や感想を保護者の方に記載いただきました。

○151名の方からの記載で多かった言葉

- 食について「意識・興味」を持った。・・・ 26名
- 食事に「積極的・進んで」取り組むことができた。・・・ 14名
- 食事に関して「意欲的・やる気」が感じられるようになった。・・・ 7名

今回のノートを通じて「食」について「意識・興味」「積極的・進んで」「意欲的・やる気」のきっかけづくりができ、保護者からも非常に好評であったと考えます。

