

# 楽しく食べる子どもに

～保育所における食育に関する指針～

平成 16 年 3 月

平成 15 年度 児童環境づくり等総合調査研究事業

保育所における食育のあり方に関する研究班

# 目 次

第1章 総 則.....	1
1 食育の原理.....	1
(1) 食育の目標.....	1
(2) 食育の方法.....	3
2 食育の内容構成の基本方針.....	3
(1) ねらい及び内容.....	3
(2) 食育の計画.....	3
第2章 子どもの発育・発達と食育.....	4
1 6か月未満.....	4
2 6か月から1歳3か月未満児.....	5
3 1歳3か月から2歳未満児.....	5
4 2歳児.....	6
5 3歳以上児.....	6
第3章 食育のねらい及び内容.....	7
1 6か月未満児の食育のねらい及び内容.....	7
(1) ねらい.....	7
(2) 内容.....	7
(3) 配慮事項.....	7
2 6か月から1歳3か月未満児の食育のねらい及び内容.....	8
(1) ねらい.....	8
(2) 内容.....	8
(3) 配慮事項.....	8
3 1歳3か月から2歳未満児の食育のねらい及び内容.....	8
(1) ねらい.....	8
(2) 内容.....	8
(3) 配慮事項.....	9
4 2歳児の食育のねらい及び内容.....	9
(1) ねらい.....	9
(2) 内容.....	9
(3) 配慮事項.....	9
5 3歳以上児の食育のねらい及び内容.....	10
「食と健康」.....	10

(1) ねらい.....	10
(2) 内容.....	10
(3) 配慮事項.....	10
「食と人間関係」 .....	11
(1) ねらい.....	11
(2) 内容.....	11
(3) 配慮事項.....	11
「食と文化」 .....	12
(1) ねらい.....	12
(2) 内容.....	12
(3) 配慮事項.....	12
「いのちの育ちと食」 .....	13
(1) ねらい.....	13
(2) 内容.....	13
(3) 配慮事項.....	13
「料理と食」 .....	14
(1) ねらい.....	14
(2) 内容.....	14
(3) 配慮事項.....	14
第4章 食育の計画作成上の留意事項.....	14
1 保育計画と指導計画への位置づけ.....	15
2 長期的指導計画と短期的指導計画における食育の計画の作成.....	15
3 3歳未満児の食育の指導計画.....	16
4 3歳以上児の食育の指導計画.....	17
5 計画の評価・改善と職員の協力体制.....	17
第5章 食育における給食の運営.....	17
1 食育における保育所の食事の位置づけ.....	18
2 保育所での栄養管理と、発達段階に応じた食事内容への配慮.....	18
3 食事提供のための実態把握.....	19
4 献立作成.....	19
5 調理.....	19
6 盛り付け・配膳.....	20
7 食事.....	20
8 衛生管理.....	20
9 家庭への喫食状況の報告.....	20
10 食事の評価・改善.....	21

第6章 多様な保育ニーズへの対応.....	21
1 体調不良の子どもへの対応.....	21
2 食物アレルギーのある子どもへの対応.....	21
3 障がいのある子どもへの対応.....	22
4 延長保育や夜間保育への対応.....	22
5 一時保育への対応.....	22
第7章 食育推進のための連携.....	22
1 保育所職員の研修及び連携.....	23
2 家庭との連携.....	23
3 地域と連携した食育活動事業.....	23
第8章 地域の子育て家庭への食に関する相談・支援.....	24