

東京都特定給食施設等

栄養改善知事賞受賞施設

栄養改善事例

多摩府中 保健所

施設名：宗教法人 西藏院 是政保育園

施設の特色（給食・栄養改善等）

東京都府中市是政に1957年に開園した歴史ある保育園です。園庭を囲うように各クラスが連なる木造平屋建ての園舎。現在、124名の園児が元気に毎日を過ごしています。給食室も子どもの生活がみえる位置に設置された明るい環境です。

<食育・給食の概要>

- ・保育理念に基づき、職員が一体となって食育・給食に取り組んでいます。
- ・給食目標は、食に興味が持てる環境の中で生涯を通じて健康に過ごしていくための食生活を身につけ「楽しい」「おいしい」を感じる心豊かな子どもに育つことを目指しています。年間の食育計画は、子どもたちが「楽しいからやる」と自ら思える意欲を育て、五感を刺激するものにしています。
- ・毎年テーマを決め、保育と給食が一体となり『食育プロジェクト』に取り組んでいます。
- ・季節感や彩り、偏食改善、食べやすさ、楽しみ、食の安全性などに配慮しています。
- ・保護者に年2回の試食会とアンケートを実施して、給食の参考にしています。
- ・地域との関わりを広げ、園ではできない体験から食を営む基礎作りにつなげています。
- ・子育て支援の一環として毎月地域に発信している「子育てだより」の記事を年3回、給食室が担当しています。
- ・園のホームページを開設し、月に2回更新しています。

<栄養改善事例の具体例>

(保育園の給食)

- ・離乳食…個々にあわせた食事で、食べる意欲と機能発達(手・指・口腔内)を促すことを目的にしています。家庭と連携をとり子どもの成長をみています。(分園)
- ・普通食…子どもの成長を踏まえて年2回栄養基準量を見直しています。
災害時に備えて食べなれておきたい食材や、郷土料理も入れています。
給食の配膳は担任が子供の食を配慮しながら保育室で行い、食べられたことの達成感やおかわりをする満足感が持てるようにしています。
3月には5歳児のリクエストを聞き献立に入れています。
- ・アレルギー対応食…より安全で安心な食事を提供するため、すべてのアレルギー児に対応する「統一食」を提供しています。栄養計算も行い、見た目にも普通食と変わらないように仕上げています。
- ・節食…保護者と相談し体調不良の子どもに対して消化のよい食事を提供しています。
- ・行事食…時の記念日、七夕、節分など行事時の食事を工夫しています。子ども自身に作らせることもあります(時の記念日は時計の針に見立てた野菜を好きなようにおき、何をしている時間か、などを考える。節分では食材で鬼の顔になるパーンを用意して子どもたちが思い思いの鬼に仕上げる)。誕生会では誕生児の保護者を招いて半日を過ごし一緒に食事もしています。

・給食の展示…年間を通して展示しています。見本の前では親子が必ず足を止め、会話を楽しむ姿が見られます。

(食育の実践)

・保育理念「明るく心豊かな子ども」「健康で意欲的な子ども」に基づいて計画を作成し、保育と連携した食育を実践しています。

・食育目標…食に関する経験や体験を通して「食を営む力」*の基礎を培う

*食を営む力:心地よい環境とさまざまな体験活動の中で食に関する感謝の心、より良い食習慣・食事のマナーや挨拶などの習慣を学び、身につける。

	調理の手伝い	環境作り	媒体を使う
1・2歳	ちぎる・洗う。 ピーマンなどの種を取る	・ランチョンマットの使用 (食事を楽しむ・こぼさない で食べる・食器の置き方を 身につける) ・異年齢での食事 ・食事中の声かけ	・栄養の話 (幼児) ・よく噛む (全員) ・水分の摂り方 (全員) ・うんちの話 (乳児)
3・4歳	皮むき・さやだし。 調理器具(ピューラー)を使う 簡単な調理(おにぎり・おはぎ)	(食べる音を意識させる、 ほめるなどの関わり) ・バイキング給食 (楽しむ・自分で選択する。 食べる量を知る)	・身体の不思議 (幼児)
5歳	調理器具(包丁)を使う プランター栽培 畑で野菜作り クッキング保育(サラダ・ スイートポテト・クッキーなど)		

※クッキング保育は子どもたちと相談して作るものを作るため、年度により内容が異なります。

…『食育プロジェクト』の食育推進テーマ…

2013年度	2014年度	2015年度
<u>大根作り</u> はじめて野菜を種まきから経験した子どもたちです。成長を写生して観察し自分の背丈より大きな大根を収穫。土を綺麗に洗い流し、皮を剥いて、食べやすく切り、園庭で「300人分作れる大きな炊き出し釜」でぶり大根を作りました。	<u>和食を考える</u> 和食の代表「大豆からなにができる?」から始まった「みそ作り」。仕上がるまでの工程や使い方(料理法)などみんなで協力し考えました。色、香り、味の変化もしっかり観察。保護者や老人会の方々に食べて頂くと、「おいしいね」と喜ばれました。	<u>防災について</u> もしものときに備えてできることを子どもと一緒に考えました。非常食を食べてみる、水の大切さを知る、簡易食器で食事をする、園庭で食べてみる、薪で火を起こす、などを体験する事で、子どもの「生きる力」につなげようと取り組んでいます。

※子どもの声を聞き、保育・給食が一体となり進めています。