

事 例 幼児に対する栄養教育（集団指導）

プログラム名：親子で一緒につくろう！「青菜のごま和え」

● プログラムの説明（簡単な説明や実施するにあたる背景など）

子どもたちが苦手とするほうれん草を用いてごま和えをつくり、はじめのひとくちを促すきっかけとするごまを炒る工程から日本の伝統的な調理器具であるすり鉢とすりこぎを用いて“和え衣”をつくる工程を体験し、五感を刺激することで、食プロセスへのかかわりから、食べてみたいと感じる姿を期待する

Plan（計画）

① アセスメント（栄養状態、食物摂取状況、食行動など）

● 自覚症状、食生活などの主観的情報

青い色の野菜を嫌うという言葉をよく耳にするが、実際に子どもの食事の様子を見ると、青菜やピーマンが残っていることが多い
とくに青菜の提供頻度が高いことから残食が目につく

● 身体所見・臨床検査結果などの客観的情報

身体所見上、問題は生じていないが、食域を拡げ、食べられるものを増やしていく時期に、口にしてみる機会を増やしたい

● アセスメント項目

栄養士、保育士による残食の観察や記録簿への記録
保護者との連絡帳、あるいは子どもの送迎時の会話、アンケート調査からの情報の共有
園内の職員間の会議（話し合い）

② 課題の抽出

課題1 青菜が苦手な子どもが多い
課題2 ごま和えなどの和食の副菜を家庭で食べる機会が少ない
課題3 すり鉢とすりこぎを目にしたことがない子どもが多い

③ 目標設定

(判定) A：目標達成, B：改善傾向, C：現状維持, D：悪化

目標の種類	目 標 評価指標	現状値	目標値	評価方法	評価基準	判 定
結果目標	食事を楽しむ子どもの増加 給食の時間を待ち遠しく思う子どもの割合	70%	90%以上	給食時間内に楽しく食べる子どもの割合を年度初めと年度末で比較する	～69% 70～79% 80～89% 90%～	D C B A
行動目標	青菜の喫食量の増加 青菜を残食する子どもの割合	50%	70%以上	青菜の残食率の推移	～49% 50～59% 60～69% 70%～	D C B A
学習目標	野菜に興味をもつ子どもの増加 毎日の給食に使用されている野菜を話題にする子どもの割合	30%	70%以上	給食で提供された野菜を話題にする子どもの割合を年度初めと年度末で比較する	～29% 30～39% 40～69% 70%～	D C B A

(つづく)

環境目標	保護者との間で食に関する話をする機会の増加 保育士や調理担当者と保護者間で食に関する会話や連絡帳でのやりとりの回数	30%	60%	食を話題にする家庭数の推移	～29% 30～39% 40～59% 60%～	D C B A
実施目標	親子が興味をもつ調理保育参加率	30%	80%以上	楽しく調理保育に参加し、主体的に食にかかわる子どもの割合	～29% 30～39% 40～79% 80%～	D C B A

④計画立案

プログラム名：親子で一緒につくろう！「青菜のごま和え」

Why	栄養教育の目的	五感を刺激するごまを使用した和え衣づくりを楽しみ、青菜を身近に感じる子どもを増やすとともに、保護者に対して、五感を育む子どもへのかかわり方を発信する機会とする
Whom	対象	3～5歳児の子どもとその保護者
What	実施内容	保護者と一緒に子どもたちが青菜のごま和えをつくり、自分たちでつくったものを食べる ごまを炒り、すり鉢でする経験を通して、プチプチとごまを炒る音やじりじりとする音、形状の変化を楽しむとともに、普段、目にしないすり鉢やすりこぎの使い方を体験する
When	時期・期間・頻度	前期、後期に各1回
Where	実施場所、設備	保育園内
Who	実施者、スタッフ	栄養士、調理員、保育士
How	① 募集方法 ② 学習形態・教材	① HP、おたより、掲示板でお知らせ ② デモンストレーションと調理体験、子どもたちへの声かけや共感の実践
How much	予算	15,000 円

⑤ 実施準備・年間計画

月	内 容
前期に1回、 後期に1回	事前に保護者に実施内容を伝える 衛生管理に注意して、園のスタッフが準備、補助を行う

Do（実施）

① 指導の実施

回 数	学習形態	内 容	実施者・スタッフ	経過評価の方法
前期に1回、 後期に1回	体験	保護者会に親と子が協力して、すり鉢を使ってごまをする 青菜を加えて、青菜のごま和えをつくる	保護者、栄養士 調理員、保育士	子どもが調理に積極的に参加しているか、親子で楽しく実施しているか

②モニタリング

	項 目	方 法	頻 度	実施者	備 考
	青菜を食べる量を確認する	青菜のでた日に確認	実施日	保育士、栄養士	
	給食の献立を確認する	毎日	毎日	保護者	