

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

江東区保健所

施設名：小学館アカデミーしんとよす保育園

施設の特色（給食・栄養改善等）

本園では、保育理念の「あったかい心をもつ子どもに育てる」を基に、全職員が一体となって給食の改善、食育活動の実施に取り組んでいます。

食育目標は「楽しく食べる元気な子」とし、オリンピックイヤーにちなんだ園のテーマ「世界」から、世界の文化や料理に興味を持てるよう、毎月世界各国の料理を提供しています。子どもたちの食べることへの意欲を育めるような献立を栄養士が自園で作成し、保育士と連携しながら安心・安全な給食の提供に努めています。

食育活動は保育と給食の繋がりを大切にし、食事計画をもとに各年齢で年間の食育活動計画を立て、子どもの五感を刺激するものや、好奇心を育めるような取り組みをしています。

給食室は保育施設の中心にあり、給食室を囲むように各教室が配置されているため、お子さまや保護者様が給食を作っている様子を見られる環境となっています。給食の実物展示は子どもの目線に合わせて配置しているため、お迎え時には保護者様と共に「今日の給食全部食べたよ！」と会話する様子も見られます。

<栄養改善事例の具体例>

【献立】

2週間毎のサイクルメニューを導入することにより、お子さまが味や食材に慣れて安心感を得ることや、食べられなかった食材でも、もう一度チャレンジする気持ちを持てるようにしています。

献立は和食を中心として、厳選した旬の食材を使い、彩りにも配慮することで食べる意欲の向上に努めています。また、季節の行事食を取り入れて食文化への関心を広げられるようにしています。毎月のお誕生会メニューでは手作りケーキなどを提供し、食べることに楽しみを持てるようにしています。給食時には各クラスを巡回しながら、お子さまの喫食状況を把握し、次回の献立に嗜好を反映させています。

世界各国の料理については、月2回から3回程提供をしています。7月はイタリア料理からラタトゥイユ、インド料理からナン&バターチキンカレー、タンドリーチキンを提供しました。初めて食べる味付けに驚く様子も見られますが、様々な食の経験に繋がっています。



【給食への配慮】

味覚の発達のために、できるだけ添加物を使わず、昆布や鰹節・煮干し・干し椎茸などから出汁を取り使用しています。出汁を取ることで素材の旨味を生かし、薄味調味の実践をしています。様々な食感や味覚の体験を通してお子さまが進んで食べられるものが増えるよう、多様な食材を用いています。食材は大きさや固さを調整して、よく噛んで食べるように調理法を工夫しています。

また、食器は丁寧に扱うことの大切さを伝えるために、全ての食器を陶器にしています。食器の大きさや食具は各年齢の発達に合わせて移行しています。特に箸は、手の大きさに合わせて長さを変える配慮をしています。

【食育活動】

・乳児クラスでは、季節の食材を見て触れる体験を通し、食への興味関心を引き出せるような取り組みをしています。給食で使用する食材に実際に触れることで、自ら進んで食べようとする姿勢が見られるようになりました。

・3歳児クラスでは、食事に必要な基本的な習慣や態度を身に付けるために、食事のマナーについてクイズを交えての学習や、給食で使用する食材の皮むきといったお手伝いから始め、クッキング活動に発展させています。

・4歳児クラスでは、味覚について知ることから発展させ、うま味について知り、出汁の味比べをし、味噌汁を作りました。和食に焦点を当てた活動を行うことで健康と食べ物、食事について関心を広げました。

・5歳児クラスでは食べ物の旬や三色食品群についての学習、伝統的な食品加工である味噌を作り、仕込んだ味噌を活用したクッキング活動や、ピーラーと包丁を使った活動を行いました。また、毎年外部から講師を呼び、園庭で米作りも行っています。「自然」と「食」に焦点を当て、稲を育てるなかで継続性を養うほか、お米がどのように出来るかを知るなかで、食べることへの感謝の気持ちを育むなど、子どもたちの気付きを大切にしています。自ら意欲的に食に関わる体験を積み重ねることで、全ての命を大切にする心を培い、食べる喜びや人と一緒に食べる楽しみを経験し、そのなかで達成感を得るなど、健康な心と体を養えるよう取り組んでいます。

世界の料理

掲示物



ブラジル料理から
「フェジョアーダ」



米作り

稲刈り



脱穀



食育活動

ピーラーの使い方



出汁の味比べ

