

	0歳児	1歳児	2歳児
年間目標	<p>食と健康 生活リズムを身につける中で、空腹を感じ食べる事への意欲がわくよう環境を整える。</p> <p>食と人間関係 保育者との信頼関係のもと、楽しんで食事をする。</p> <p>食と文化 自分でスプーンを持ち、食べようとする</p> <p>いのちの育ちと食 身近な動植物に興味・関心を持ち触れる</p> <p>料理と食 様々な食材に触れ、食に興味を持つ</p>	<p>食と健康 安定した生活リズムをつくり、体を十分動かして空腹感を味わい食事を楽しむ。</p> <p>食と人間関係 租借が十分身に付くよう援助し、自分で最後まで食べようとする意欲を育む</p> <p>食と文化 食前、食後の手洗いやあいさつを一緒に行う</p> <p>いのちの育ちと食 畑や絵本を見て、食べ物に興味を持つ</p> <p>料理と食 苦手なものにも自分から挑戦し、好き嫌いなく食べる喜びを味わう</p>	<p>食と健康 バランスのよい食事と運動で心身の健康を養う</p> <p>食と人間関係 保育者や友達と会話を楽しみながら楽しく食事をする</p> <p>食と文化 手洗いやあいさつ、食事の仕方を身につける</p> <p>いのちの育ちと食 野菜や食材に関心を持つ</p> <p>料理と食 苦手なものにも自分から挑戦し、好き嫌いなく食べる喜びを味わう</p>

期	1期(4～5月)	2期(6～8月)	3期(9～12月)	4期(1～3月)
0歳児	ねらいと内容			
	<ul style="list-style-type: none"> ・保育者との信頼関係を育む ・空腹感の訴えを受け止めてもらい、ミルクや離乳食などの適切な対応で、安心感をもつ 	<ul style="list-style-type: none"> ・離乳食にも慣れ、保育者と一緒においしく食べる ・食事のときのあいさつがわかり、保育者の姿をまねして手を合わせようとする 	<ul style="list-style-type: none"> ・楽しい雰囲気の中で、会話を楽しみながら食事をし、食べる意欲を持つ ・少しずつ歯ごたえのある食材を取り入れ、よく噛むことを身につけていく 	<ul style="list-style-type: none"> ・保育者と一緒においしく食事をする ・手づかみや、スプーンを使い自分で意欲的に食べようとする。
0歳児	環境構成と援助			
	<ul style="list-style-type: none"> ・授乳は、目をあわせてやさしく語りかけながら、安心して飲めるようにする ・「おいしいね」「ゴックン」など、やさしく声をかけながら、食事の楽しさや楽しさが味わえるようにする 	<ul style="list-style-type: none"> ・食べ物の大きさや硬さを工夫し、手づかみやフォークやスプーンを使って食べられるようにする ・保育者が子どもの前で「いただきます」などをはっきりと言い、食事のあいさつを知らせていく 	<ul style="list-style-type: none"> ・食べものの名前を伝えながら食事をし、食べ物に興味を持てるようにする ・丁寧に言葉がけをし、かむ力を育てていけるようにする 	<ul style="list-style-type: none"> ・生活リズムを整えていき、楽しく食事ができるようにする ・自分で食べたいという気持ちを育みながら、スプーンやフォークを使って食べられるよう、保育者が援助していく
1歳児	ねらいと内容			
	<ul style="list-style-type: none"> ・新しい環境や保育者に慣れ、見守られながら、自分で食べようとする ・幼児食へ移行し、色々な味に慣れる ・食事のあいさつをし、楽しく食事をする 	<ul style="list-style-type: none"> ・保育者の言葉がけで、手を洗おうとしたり、食事のあいさつをしようとする ・味の好みが出てくるが、苦手な食べものも援助されると食べようとする 	<ul style="list-style-type: none"> ・みんなで食べる楽しさを知り、友達に刺激されながら、何でも食べてみようという気持ちになる ・スプーンやフォークを使ってこぼしながらも一人で食べようとする 	<ul style="list-style-type: none"> ・「いただきます」などのあいさつをして、楽しく食事をする ・食器に手を添えて食事することや、正しいスプーンの持ち方などが身につく
1歳児	環境構成と援助			
	<ul style="list-style-type: none"> ・空腹状態でおいしく食事ができるようにする ・みんなと食べる給食の雰囲気に慣れ、自分で食べようとする意欲を大切にしながら、援助していく 	<ul style="list-style-type: none"> ・体調に合わせて食べる量を調節したり、楽しい雰囲気作りをする ・自分でしようとする気持ちを大切に、必要なときには援助することで、満足感が得られるようにする 	<ul style="list-style-type: none"> ・食材に興味を持ち、名前を覚えたり、色や味、においに興味を持ったりできるようにする。苦手な物が食べられたときには十分に認め、自信が持てるようにする。「おいしい」「すっぱい」「からい」「しょっぱい」などの味覚を表現する言葉を知らせていく 	<ul style="list-style-type: none"> ・食べものを大切にする心や残さず食べられた満足感を味わい、意欲的に食べる ・バナナなどの皮を、指先を使って自分でむいたり、工夫して食べられるようにする
2歳児	ねらいと内容			
	<ul style="list-style-type: none"> ・落ち着いた雰囲気の中、みんなで一緒に食事することを楽しむ ・食事のあいさつの習慣を身につけていく 	<ul style="list-style-type: none"> ・色々な食べ物から栄養をとることで、体が成長することを知り、食事の大切さに気付いていく ・食べものへの興味や関心を広げたりする 	<ul style="list-style-type: none"> ・体を十分に動かして遊ぶことで食欲増進を図り健康な体作りをする 	<ul style="list-style-type: none"> ・箸を使うことに意欲を持ち、正しい食べ方、三角食べなどが身につくようにする ・食前、食後の身支度を進んでしようとし、みんなと一緒に楽しく食事をする
2歳児	環境構成と援助			
	<ul style="list-style-type: none"> ・落ち着いた雰囲気づくりをする ・食べものアレルギーの有無や除去食の必要性をしっかり確認しあい、個別に対応する ・個々に合わせた食事の量に配慮する 	<ul style="list-style-type: none"> ・体調や気分を配慮しながらも、様々な食材を食べることで体が作られ大きくなっていくことを伝え、食べようとする気持ちをもてるようにする ・絵本や教材などで食材に興味を持たせていく 	<ul style="list-style-type: none"> ・適度な運動を促すことで空腹を感じ、間食する満足感が味わえるようにする ・体の成長と食事のつながりを簡単に知らせて、食べる意欲が高まるようにする 	<ul style="list-style-type: none"> ・箸の使い方には個人差があるので、一人ずつ丁寧に関わり、正しい持ち方が身につくようにする ・食べものや作ってくれる人に感謝の気持ちが感じられるように言葉で伝えたりしていく

	3歳児	4歳児	5歳児
年間目標	食と健康 いろいろな種類の食材や料理を味わう	食と健康 体と食べ物の関係に興味を持つ	食と健康 栄養バランスのよい食事が健康な体を作ることを知り、
	食と人間関係 保育者や友達と一緒に食べる楽しさを知る	食と人間関係 身近な人達と食事をともにすることで、食事の楽しさや人との信頼関係を養う	食と人間関係 身近な人と一緒に食事をし、食べる楽しさや食への感謝の気持ちを育む
	食と文化 季節や行事に関する日本の食文化について知る	食と文化 旬を知り、食文化を体験することを楽しむ	食と文化 食事のマナーや食文化を身につける
	いのちの育ちと食 命と食事のつながりに気付く	いのちの育ちと食 命ある物を食べていることを知り、感謝の気持ちをもつ	いのちの育ちと食 野菜の栽培により命の大切さに気付く
	料理と食 食材には「旬」があることを知る	料理と食 苦手なものにも自分から挑戦し、好き嫌いをなく食べる喜びを味わう	料理と食 クッキングを楽しむ

期	1期(4～5月)	2期(6～8月)	3期(9～12月)	4期(1～3月)
3歳児	ねらいと内容			
	<ul style="list-style-type: none"> ・食事のマナーを身につける ・偏食を無くしていく ・自ら意欲的に食べる ・食べ物に興味を持つ 	<ul style="list-style-type: none"> ・食を通じて健康な心と体を育てる ・食生活に必要な活動が身につく ・「自分で」という意欲的な気持ちの芽生えを養う ・うがい、手洗い、歯磨きをして身の回りを清潔にする 	<ul style="list-style-type: none"> ・食を通じて人との関わる力を養う ・子どもとともに食事をする機会を大切にする ・子どもを見守りながら適切な援助をする ・日々の生活の中で季節ならではの料理を知る 	<ul style="list-style-type: none"> ・一日を通してお腹がすくリズムをもつ ・命と食事のつながりに気づく
3歳児	環境構成と援助			
	<ul style="list-style-type: none"> ・一人一人の子どもが、食べ物に興味を持ち自ら意欲的に食べようとする姿を受け止め、自立心の芽生えを尊重する。 ・食事の量は個人差に配慮する 	<ul style="list-style-type: none"> ・健康と食べ物の関係について関心が持てるよう、絵本や紙芝居等教材を工夫する ・配膳、片付けがスムーズにできるよう配置する 	<ul style="list-style-type: none"> ・大人との人間関係に支えられ生活することが人と関わる基盤となることに配慮し、ともに食事をする機会を大切にする ・行事食をとおり、この季節ならではの食べ物を食べる 	<ul style="list-style-type: none"> ・家庭での「早寝、早起き、朝ごはん」の実行を促す ・園生活では十分に運動し、食事の時間になればお腹がすいたと感じられる充実した生活を送る ・体の発達や栄養に興味をもつよう、絵本や紙芝居を工夫する
4歳児	ねらいと内容			
	<ul style="list-style-type: none"> ・身近な大人や友達と楽しい雰囲気の中で食事をする 	<ul style="list-style-type: none"> ・体に必要な食品の種類や働きに関心を持つ 	<ul style="list-style-type: none"> ・自然の恵みの大切さを知り、感謝の気持ちを持って食べようとする 	<ul style="list-style-type: none"> ・気持ちよく食べるためのマナーを身につける ・自分の食べられる量を知る
4歳児	環境構成と援助			
	<ul style="list-style-type: none"> ・保育者や友達と一緒に食べる喜びを感じられるように環境を整える ・絵本や戸外活動をとおりして、食べようとする意欲を育む 	<ul style="list-style-type: none"> ・食べ物と体の関係に興味を持てるよう絵本や紙芝居を用意する 	<ul style="list-style-type: none"> ・行事食をとおり、この季節ならではの食べ物を食べる 	<ul style="list-style-type: none"> ・基本的なマナーが身についているか一人一人見直し、伝えていく ・伝統食(おせち・七草・恵方まき)を通して昔からの言い伝えを知らせる
5歳児	ねらいと内容			
	<ul style="list-style-type: none"> ・正しい食事のマナーを身につけ楽しく食事をする ・菜園作りをしたりして、食材に興味を持つ ・お腹がすく体験を通して意欲的に食べる 	<ul style="list-style-type: none"> ・菜園の野菜の世話や観察から成長の過程を知り、食べ物にも命があることを知る ・収穫を楽しむ 	<ul style="list-style-type: none"> ・食材の命をいただくことに感謝の気持ちをもって食べる ・行事食を通して日本の伝統文化を知る 	<ul style="list-style-type: none"> ・食材を育てた人や調理をした人に感謝の気持ちをもつ ・就学に向け食事のマナーを再確認し、自信を持つ
5歳児	環境構成と援助			
	<ul style="list-style-type: none"> ・箸の持ち方、三角食べ、食器の持ち方など細かい点を確認しながらも、楽しい雰囲気づくりをする ・十分にお腹がすく活動を設定する 	<ul style="list-style-type: none"> ・毎日菜園を観察し、野菜にも命があることに気づけるようにする 	<ul style="list-style-type: none"> ・食材の命も自分たちと同じ重みがあり、その命をいただくことで健康が保たれている事がわかるようにする ・十五夜、冬至など食と文化の結びつきを伝えていく 	<ul style="list-style-type: none"> ・基本的なマナーが身についているか一人一人見直し、伝えていく