

幼小連携の取り組み:幼稚園児体験入学における食育

1 食育講話

(1) きょうの給食は何かな。「給食のひみつ」:15分

○ 給食を楽しみにするような話、好き嫌いをなく食べることの大切さの話

① 今日の献立は何かな。「ごはん・牛乳・すきやき・厚焼き卵・みかん」

- ・ 学校の給食のおかずは毎日変わります。学校から「献立表」が配付されるので、「今日の給食は何かな」と、楽しみに学校に来てください。
 - ・ 給食は、ごはんの日・パンの日・メンの日があります。
 - ・ 給食で毎日するのは牛乳です。みんなが大きく育つように、丈夫な骨を作るために飲みま
- 牛乳が苦手な人は、まずはなめてみましょう。そして一口でも良いから飲んでみましょう。時々「ミルメーク」も出ますから、その時にまた牛乳をもっと飲むようにしてみましょう。

② 今日の給食には何が入っているかな。

「3色ボックス」から今日の給食食材を取り出して見せる。

- ・ 一つ一つ取り出し、食品名を確認する。
- ・ 赤・緑・黄色の3群の食べ物をしっかり食べると「元気に大きくなれるよ」
- ・ 給食では3群全てそろっていて、どんな食品が入っているのかも楽しみにしてください。
- ・ 「皆さんは今日の給食食べられますか。」

(2) 「早寝・早起き・朝ごはん」できますか。

○ 1年生になった時の約束「早寝・早起き・朝ご飯」

① エプロンシアターで「早寝・早起き・朝ご飯」の大切さを話す。

② 「今日からできる人は」

- ・ 今日から始めて、1年生になっても続けてください。



2 給食の試食 :1時間

献立名

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・すきやき
- ・厚焼き卵
- ・みかん

す。