

やる気いっぱい！元気いっぱい！早寝・早起き・朝ごはん・歯磨き！【福島県】

■団体の名称

学校法人 成田学園
希望ヶ丘こども園

■連携している団体

希望ヶ丘こども園PTA
魚国総本社（給食栄養士・調理員）
福島県ふくしま食育実践サポーター
郡山市保健所健康づくり課 食育推進ボランティア
東北歯科専門学校

■背景・ねらい

平成30年度より調査している「家庭での子どもの食生活アンケート」から、朝食をとらなかったり簡単に済ませたり、就寝時刻が遅かったりする子どもが増えてきているという実態が分かった。そこで基本的な生活習慣を身につけ、元気いっぱい笑顔いっぱいで毎日を過ごすためには「早寝・早起き・朝ごはんそして歯磨き」をやる気いっぱいに取り組む子ども達を目標に、保護者や関係機関と連携して、本取組を進めている。

■活動内容

- ①毎年「家庭での子どもの食生活調査」を実施。結果を全保護者に公開し、早寝・早起き・朝ごはん・歯磨き・排便の大切さを伝えている。
- ②毎月の「園だより」や「給食だより」の配布。園や栄養士から食育の重要性を伝えたり、保護者の要望に応えたレシピを紹介したりして、子ども達や保護者の食への関心を高めている。
- ③毎月の「歯磨きカレンダー」の配布。子どものがんばりを保護者はコメントし、子どものやる気につなげている。
- ④HPやおたより、園説明会や給食試食会などの行事等の活用。様々な場で生活習慣の重要性を保護者に伝えている。
- ⑤野菜やさつまいも、アサガオやひまわり栽培。子ども達は、栽培活動を通して命の大切さやもったいない気持ち、食べることへの意欲等を高めている。
- ⑥行政や専門学校との連携。「食育教室」や「歯の教室」を開催し、食べることの楽しさや歯の健康の大切さを保護者と子どもに伝えている。

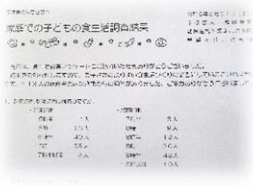
<食生活調査での
振り返り>

<調理師さんとの
ふれあい>

<残さず食べるよ！
残食ゼロチャンピオン>

<東北歯科専門学校の
よい歯の教室>

<土に触れ野菜を
育てよう>



■成果

- 保護者の協力もいただき、全園児が朝食を食べてから登園するようになった。また、給食のメニューやおやつ作り方のレシピを管理栄養士に直接聞いたり、夕食のおすすめメニューを相談したりする保護者が増え、食育への関心が高まっている。
- 園庭や畑では、地域の方々の協力を得て、様々な野菜やさつまいも、アサガオ・ひまわりなどの花を育てている。季節の野菜や花を栽培したり世話をしたりすることで、食物を大切に食べようと思う気持ちが芽生え、どのクラスも残食量は減り、ほとんどの子どもが完食するようになった。
- 福島県の事業「ふくしま食育サポーター」や郡山市の事業「郡山市食育推進ボランティア」による「食育教室」や東北歯科専門学校の学生による「歯の教室」を開催してきたことで、子どもや保護者は楽しく食育や歯の健康について学び実践している。
- 保護者との連携でむし歯のない子が年々多くなり、今年度も「福島県良い歯の幼稚園・認定こども園」では優秀賞を受賞し、歯の健康への関心はますます高まり生活習慣の定着が一層図られるようになった。