

～保育現場における食育のあり方・実践方法を学ぶ～



保育園 職員対象



第11期 食育研究会



趣旨

平成21年4月1日に施行された新保育所保育指針で初めて食育が重要項目として謳われ、平成30年度に改定された保育士指針でも引き続き食育の推進が明記されています。これまでも保育園それぞれに、特色ある食育に取り組まれてきたことで沖縄県の保育園における食育は高く評価を得ています(沖縄県食育推進協議会より)。それを踏まえて、今後とも子どもたちの健やかな成長を願って「食育」を進めていくことを目的に「食育研究会」を開催いたします。当研究会では食育を実践していく中で出てきた課題や子どもの栄養、食生活をめぐる現状や乳幼児期の食生活について、知識・情報を整理するとともに、実践につながる食育の進め方の具体例やアイデアなどを学びあっていきます。内容は以下の通りです。

内容

★講話

- ・離乳食～幼児食の進め方
- ・食物アレルギー幼児への対応
- ・発達からみる子どもの味覚と咀嚼
- ・心と体の発達を育む食育
- ・食育計画の作成・実践
- ・マナーについて

★交流

- ・意見交換
- ・食育の実施紹介
- ・課題共有・解決策を共に考える

★ワーク

- ・食育ソフト(PC)を使った食育のPDCAを学び・実践
- ・食育ソフト(PC)を使った計画表、実行表、評価表の作成
- ・園内研修一使い方の説明会など



スタッフ 紹介

管理栄養士 笠原寛子 (かさばら ひろこ)

出身	神奈川県生まれ 沖縄育ち
所属	一般社団法人 日本健康倶楽部沖縄支部 健康増進課
資格	管理栄養士・健康運動指導士（厚生労働省認定） 産業栄養指導者（厚生労働省認定）・中学・高校 理科教員免許
経歴	平成 10 年 東京農業大学 農学部 栄養学科 卒業
職歴	平成 11 年 4 月より一般社団法人 日本健康倶楽部沖縄支部 勤務
活動履歴	平成 26 年 沖縄県食育推進協議会委員 就任 平成 26 年 沖縄県栄養士会理事 就任 平成 29 年 沖縄女子短期大学非常勤講師 「子どもの食と栄養」担当 平成 30 年 沖縄県栄養士会副会長 就任 平成 30 年 NPO 法人 沖縄県食育協会 理事 就任 令和 元年 公益社団法人 沖縄県小児保険協会 理事 就任

コーディネーター 西平みゆき

所属	一般社団法人 日本健康倶楽部沖縄支部 健診課
資格	調理師免許 食育シニアマスター（一社 日本健康食育協会）・初級園芸福祉士（NPO 法人日本園芸福祉普及協会） キャリア教育コーディネーター（一社 キャリア教育コーディネーターネットワーク協議会） 楽育ママ ジュニアインストラクター（一般社団法人 楽育チッチ） 絵本ファシリテーター・絵本講座シニアインストラクター（一般社団法人 絵本メンタリング協会）

主な活動実績

- ・ 保育園児向けプログラム
- ・ 小中学校・高校 児童生徒向けプログラム
- ・ 中部保育所給食研究会 「保育所における食育」
- ・ 那覇市立公立・認可・認可外保育施設職員向け研修会 「味覚と咀嚼」「食育を通じた五感の発達」
- ・ 国頭地区養護教諭会 「幼児育・児童の食育」
- ・ 栄養教諭研修会（沖縄県教育センター） 「地域と連携した栄養指導の取り組み」
- ・ 琉球大学 生協主催講話「一人暮らしを始める学生さんへの食アドバイス」
- ・ 沖縄県指定 保育士等キャリアアップ研修 「食物アレルギー分野研修」

（一社）日本健康倶楽部主催の食育事業は平成 19 年に幼児向け『食育コミュニケーションプログラム』を県下各地保育園で実施したのをきっかけに、平成 20 年に保育園職員対象の『食育研究会』を発足し、これまでおよそ 120 か園の保育園が参加しています。研究会の集大成として、参加園による『食育実践発表会』を実施し、毎年多くの保育関係者の方にご来場いただいております。



保育園における 子どもたちの「食育」を共に考え 共に学び 共に実践

食育研究会のご案内 参加無料



食育研究会がめざすもの

子どもたちの「食育」について活動事例や意見交換を通して、共に考え、共に学び、具体的な「計画、実践、評価、改善（発展）」のスキルアップと実践する力を付けていきます。

第11期 研究会 実施について

- ◆ 期 間 2020年1月～2021年2月 ◆場 所 (一社)日本健康倶楽部沖縄支部 2階大会議室
- ◆ 日 時 毎月1回(第2木曜日 or 第3木曜日) ◆時 間 14:00～16:00

本研究会の運営について

(ア)開催と参加

2020年1月～2021年2月の期間を定めた研究会とします。

開催は月1回(木曜日 14:00～16:00)です。

本研究会へ参加するメンバーは各保育園から可能な限り2名以上、少なくとも1名は継続参加していただく体制をお願いします。

(イ)研究会の進め方



・前半はワーク「計画・実践・評価・改善～食育の進め方」、後半は講話と意見交換会を行います。

・前半のワークはパソコンで食育支援ソフト(食育倶楽部)を使って食育のPDCAを学びます。



・各園の目標(例・年間計画をつくる、食育委員会を立ち上げる、食育プログラム作成、食育通信を発行する)などを年間カリキュラムの中で達成します。



・各回の講座内容ならび活動状況をブログと活動レポートで発信していきます。

(ウ)研究会の姿勢

・「尊重」「信頼」「協力」「目標一致」を持って“教え合い”“学びあい”の場にします。

・計画策定から実施へと着実に保育現場での実践に繋げていくことを目指します。

・横の繋がりを大事にし、率直な意見交換、情報交換ができる会にします。

問い合わせ 事務局(一社)日本健康倶楽部沖縄支部 食育チーム 西平みゆき 笠原寛子

TEL 098(939)4026 FAX 098(939)9388

食育&研究会についてはホームページならび食育ブログもご参照下さい⇒HP http://www.otc.ne.jp/~knk_oki/
くえ～ぶ～探検隊がゆく』⇒<http://kenkoclub.ti-da.net/>

申込締切 12月25日(水) Fax 939-9388

園 名	連絡先	TEL	fax
住 所			
参加者名	①	②	③



2020 年 第 11 期 食育研究会 プログラム



	Aグループ	Bグループ	ワーク(順番・内容の変更あり)	内 容
1	3/12(木)		★合同オリエンテーション	☆子どもの朝ごはんについて ～保育園生活のスタートに向けて～
2	4/9 (木)	4/16 (木)	★各園での食育の進め方 ★食育倶楽部『食育計画』	☆好き嫌いについて (味覚の発達)
3	5/14 (木)	5/21 (木)	★食育倶楽部『イベントシート』	☆子どもの貧血 ～検査について～ ～サプリメントは必要?～
4	6月 (合同実習)		 食育イベント 栽培 ～栽培、収穫、園芸を通じた食育～園芸療法士を招いて講話・実践	
5	7/9 (木)	7/16 (木)	★食育倶楽部『評価』(方法)	☆離乳食と咀嚼 ～子どもへの対応、保護者支援について考える～
6	8月 (合同実習)		食育イベント 食事バランス～SATシステム体験 ～支援する私たちの食はどうなっている? ～フードモデルを使って自らの食事バランスをチェックしてみましょう♪	
7	9/10 (木)	9/17 (木)	★食育倶楽部『評価』(改善)	☆マナーについて ～おはしの持ち方、三角食べ 食文化の継承など～
8	10月 (合同実習)		 お楽しみ 食育イベント ～調理実習、現場視察など～	
9	11/12 (木)	11/19 (木)	★実践発表会 準備	☆子どものメタボについて考える～ ～間食(おやつ)の与え方～
10	12/10 (木)	12/17 (木)	★実践発表会 準備	
11	1月 or 2月 (合同発表)		 実践発表会	

