

【様式3】

③食育の日の取組

<p>提出都道府県名 政令指定都市名</p>	<p>愛媛県</p>
<p>取組市町村名 取組団体・企業名</p>	<p>宇和島市 宇和島市立たちばな保育園</p>
<p>取組の名称</p>	<p>3色食品群の働きを理解し、栄養バランスの取れた食事の大切さを 知ろう</p>
<p>実施時期</p>	<p>令和7年10月20日（月）</p>
<p>取組に該当する 食育ピクトグラム （複数選択可）</p>	
<p>取組内容</p> <p>○3色食品群を用いて栄養素についての話をし、食べ物の働きへの意識を高める。</p> <p>○色々な食べ物を赤・黄・緑のボードに貼り、子どもが主体的に考えていく。</p> <p>○バランスのいい食事と健康についての話をし、まんべんなく食べることの大切さを知る。</p> <p>○日頃食べている食材にどんな栄養があるのかを知り、何でも食べて元気な体を作ろうという気持ちを改めて持つことができたようでした。給食時、「これは緑ちゃん？」など言いながら食べる姿も見られ、栄養への興味にもつながったようでした。</p>	<p>◎赤・黄・緑の栄養素のパネルや赤・黄・緑ちゃんをボードに貼り、それぞれの役割について話をします。</p> <div style="border: 1px dashed orange; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>赤－体をつくるもと（肉・魚・卵・牛乳・乳製品・豆など） 黄－エネルギーのもと（米・パン・麺類・いも類・油など） 緑－体の調子を整えるもと（野菜・果物・きのこ類など）</p> </div> <p>◎食べ物の絵や写真を使ってどの色の仲間なのかを考えていきます。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: flex-start;"> <div style="text-align: center;"> <p>これは何色の仲間かなあ？</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>これは赤かな？黄色かな？</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>3色の栄養どれも体に必要なんだよ。</p> </div> </div> <div style="border: 1px dashed green; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>3色食品群のことであり、赤・黄・緑それぞれの食べ物をバランスよく食べることで元気に大きくなることができるということを感じることができました。また、食べ物に親しむこともできたようでした。</p> </div> <p>小さいお友だちも赤・黄・緑ちゃんのことを知って給食をパクパク食べています。</p>