

【様式 3】

③食育の日の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	北九州市
取組市町村名 取組団体・企業名	認定こども園リアンたかのす保育園
取組の名称	魚の解体ショー
実施時期	令和7年11月6日
取組に該当する 食育ピクトグラム (複数選択可)	<div> <input checked="" type="checkbox"/> 1 みんなで楽しく食べよう <input checked="" type="checkbox"/> 2 朝ごはんを食べてよう <input checked="" type="checkbox"/> 3 バランスよく食べよう <input checked="" type="checkbox"/> 4 太りすぎないやせすぎない <input checked="" type="checkbox"/> 5 よくかんで食べよう </div> <div> <input type="checkbox"/> 6 手を洗おう <input type="checkbox"/> 7 野菜をそなえよう <input checked="" type="checkbox"/> 8 食べ残しをなくそう <input checked="" type="checkbox"/> 9 産物を応援しよう <input checked="" type="checkbox"/> 10 食・農の体験をしよう </div> <div> <input checked="" type="checkbox"/> 11 和食文化を出えよう <input checked="" type="checkbox"/> 12 食育を推進しよう </div>
取組内容	<p>(対象者)</p> <p>全園児 134 名</p> <p>(ねらい)</p> <p>家庭で魚を丸ごと一匹調理することが少なくなっている近年、子ども達に丸まま一匹解体されるところから見てもらい、魚の命に触れ、感謝して頂くことや、食べることの意味を感じてもらうためです。</p> <p>(実施内容)</p> <p>魚丸ごと一匹から解体し、部位ごとにトレーに分けて、子ども達に観察してもらいました。「かわいそう」「怖い」「魚くさい」「目がある」「口がある」とつぶやいていた子ども達でしたが、興味津々で魚に触れている様子でした。切り身にしていく様子を見たあとは、照焼や塩焼きにして給食で提供し、食べてもらいました。子ども達はドキドキしながらも、魚の命に触れ、「美味しくいただくことは命を大切にすること」と感じる経験になりました。</p> <div>    </div>

【様式 3】

③食育の日の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	北九州市
取組市町村名 取組団体・企業名	北九州市立折尾保育所
取組の名称	食育だよりの発行
実施時期	4月から12月
取組に該当する 食育ピクトグラム (複数選択可)	<input checked="" type="checkbox"/> 1 みんなで楽しく食べよう <input type="checkbox"/> 2 朝ごはんを食べよう <input type="checkbox"/> 3 バランスよく食べよう <input type="checkbox"/> 4 太りすぎないやせすぎない <input checked="" type="checkbox"/> 5 よくかんで食べよう <input type="checkbox"/> 6 手を洗おう <input type="checkbox"/> 7 災害にそなえよう <input checked="" type="checkbox"/> 8 食べ残しをなくそう <input type="checkbox"/> 9 産物を応援しよう <input checked="" type="checkbox"/> 10 魚・肉の回転をしよう <input checked="" type="checkbox"/> 11 和食文化を伝えよう <input checked="" type="checkbox"/> 12 食育を推進しよう
取組内容	<p>毎月19日に食育だよりを発行し、その月に合ったテーマや、保育所で行った食育などを掲載しています。</p> <p>4月・・・春野菜がアレルギーや花粉症予防になることについて掲載しました。</p> <p>5月・・・体調不良の時の食事について掲載しました。</p> <p>6月・・・食べ物をおいしく食べるためにはむし歯にならないことが重要なので、むし歯を作らない食べ方について掲載しました。</p> <p>7月・・・熱中症にならないために子どものうちに身につけておきたいことについてと、5歳児クラスが行った玉ねぎクッキングの様子について掲載しました。</p> <p>8月・・・スポーツ飲料と経口補水液の違いについて掲載しました。</p> <p>9月・・・北九州市減塩普及月間のお知らせと、薄味にするポイントとダシの取り方について掲載しました。</p> <p>10月・・・食品ロス削減月間のお知らせと、食品ロス削減のために私たちができることについて掲載しました。</p> <p>11月・・・寒い時期の健康ポイントと、冬が旬の野菜についての紹介とその効果について掲載しました。</p> <p>12月・・・おせち料理についてと、5歳児クラスが行ったお芋クッキングの様子について掲載しました。</p>

【様式 3】

③食育の日の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	福岡県北九州市
取組市町村名 取組団体・企業名	八幡西区 旭ヶ丘保育園
取組の名称	食育だより配信
実施時期	毎月19日
取組に該当する 食育ピクトグラム (複数選択可)	<input checked="" type="checkbox"/> 1 みんなで楽しく食べよう <input checked="" type="checkbox"/> 2 朝ごはんを食べよう <input checked="" type="checkbox"/> 3 バランスよく食べよう <input type="checkbox"/> 4 太りすぎないやせすぎない <input checked="" type="checkbox"/> 5 よくかんで食べよう <input type="checkbox"/> 6 手を洗おう <input type="checkbox"/> 7 災害にそなえよう <input type="checkbox"/> 8 食べ残しをなくそう <input type="checkbox"/> 9 産物を応援しよう <input type="checkbox"/> 10 食・農の体験しよう <input type="checkbox"/> 11 和食文化を出よう <input checked="" type="checkbox"/> 12 食育を推進しよう
取組内容	<p>・食育だよりを毎月19日にキッズノートにて配信しました。</p> <p>4月：早寝早起き朝ごはん</p> <p>5月：朝ごはんの工夫</p> <p>6月：お茶の種類</p> <p>7月：五大栄養素</p> <p>8月：熱中症</p> <p>9月：歯の成長</p> <p>10月：食物アレルギー</p> <p>11月：カルシウムについて</p> <p>12月：五つの味</p> <p>上記のようなテーマを取り上げました。</p>

令和7年度 6月号	食育だより	旭ヶ丘保育園 毎月19日は食育の日
--------------	-------	----------------------

梅雨の時期となりました。雨がシトシトふり、気温も暑いと感じなくてもジメジメして気が晴れない日々が続いています。今日は、水分補給にちょうどよいお茶の魅力を上げてみました。運動をしなくても、体には水分が必要です。家でゆっくりの日でも、『お茶休憩』をほめてみてはいかがでしょうか。

お茶の種類

お茶と言っても、種類は様々です。大きく分けると、不発酵茶・半発酵茶・発酵茶・その他に分けられます。不発酵茶の代表例は緑茶となります。発酵しないままお茶となるので、鮮やかな緑色をしたお茶となります。半発酵茶はウーロン茶です。少し茶色っぽい色になってきます。最後に発酵茶は紅茶となります。深い茶色をしていて、飲むと体が温まる効果があるとされています。その他の中には、『薬茶』があります。

麦茶

国ではこの麦茶を提供しています。麦茶はお茶の中では、その他に分類されます。大麦の穂を炒ったのが、麦茶の素です。この麦茶には、エナメル質は少なく、ミネラルも含まれています。そのため、汗をかいたあとの水分補給にも適しています。また、カフェインをまったく含まれていないので、赤ちゃんの頃からでも飲めるお茶となります。

カフェイン (mg/100ml)

緑茶	11.3	13.3	12.1	47.9
麦茶	0			

不発酵茶 (緑茶)	・発酵しない ・さわやかな香気
半発酵茶 (ウーロン茶等)	・発酵の途中まで ・種類がいろいろ
発酵茶 (紅茶等)	・しっかり発酵 ・葉肉などの香り

献立表確認のお願い

保育園で初めて食べる食材はありますか？
家ではあまりなじみのない食材を提供する機会もあります。アレルギー症状などが現れることもありますので、体調の悪いときに家庭で食べてみることをお勧めします。

【様式 3】

③食育の日の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	北九州市
取組市町村名 取組団体・企業名	さかえ保育園
取組の名称	給食だよりのメール配信
実施時期	毎月 1 9 日
取組に該当する 食育ピクトグラム (複数選択可)	<div style="display: flex; flex-wrap: wrap; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"><input type="checkbox"/> 1 みんなで楽しく食べよう</div> <div style="text-align: center;"><input checked="" type="checkbox"/> 2 朝ごはんを食べよう</div> <div style="text-align: center;"><input checked="" type="checkbox"/> 3 バランスよく食べよう</div> <div style="text-align: center;"><input type="checkbox"/> 4 太りすぎないやせすぎない</div> <div style="text-align: center;"><input type="checkbox"/> 5 よく飲んで食べよう</div> <div style="text-align: center;"><input type="checkbox"/> 6 手を洗おう</div> <div style="text-align: center;"><input type="checkbox"/> 7 災害にそなえよう</div> <div style="text-align: center;"><input type="checkbox"/> 8 食べ残しをなくそう</div> <div style="text-align: center;"><input type="checkbox"/> 9 産物を応援しよう</div> <div style="text-align: center;"><input type="checkbox"/> 10 食・農の体験をしよう</div> <div style="text-align: center;"><input checked="" type="checkbox"/> 11 和食文化を伝えよう</div> <div style="text-align: center;"><input type="checkbox"/> 12 食育を推進しよう</div> </div>
取組内容	<p>4 月 バランスのよい食事を・朝ごはんを食べましょう</p> <p>5 月 身体が目覚める春野菜</p> <p>6 月 6 月は食育月間・保育園の人気メニューの紹介</p> <p>7 月 熱中症予防のポイント</p> <p>8 月 夏野菜の効能</p> <p>9 月 春は苦味、夏は酸味、秋は甘味、冬は厚味・旬について</p> <p>10 月 赤・黄・緑に分けてバランスの良い食事を</p> <p>11 月 11 月 24 日は和食の日、食べ物の絵本紹介</p> <p>12 月 風邪予防・冬至について</p> <p>以上をテーマに食育だよりを作成し、保護者にメール配信しています。</p>




【様式 3】

③食育の日の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	北九州市
取組市町村名 取組団体・企業名	認定こども園 浅川保育園
取組の名称	食材について知り、考え、学んでいく
実施時期	11月19日
取組に該当する 食育ピクトグラム (複数選択可)	<input checked="" type="checkbox"/> 1 みんなで楽しく食べよう <input checked="" type="checkbox"/> 2 朝ごはんを食べよう <input checked="" type="checkbox"/> 3 バランスよく食べよう <input type="checkbox"/> 4 太りすぎないやせすぎない <input checked="" type="checkbox"/> 5 よくかんで食べよう <input checked="" type="checkbox"/> 6 手を洗おう <input type="checkbox"/> 7 災害にそなえよう <input checked="" type="checkbox"/> 8 食べ残しをなくそう <input checked="" type="checkbox"/> 9 産物を応援しよう <input type="checkbox"/> 10 食・農の体験をしよう <input type="checkbox"/> 11 和食文化を出えよう <input checked="" type="checkbox"/> 12 食育を推進しよう
取組み内容	<p>・4歳児年中児、5歳児年長児を対象として行いました。</p> <p>・絵本「もうじきたべられるぼく」の読み聞かせ後、感想や意見交換をしたあと、今日の食材の紹介、体のどんな栄養になっていくかを栄養表を掲示し話をしています。</p> <p>・「自分の体に必要な食品の働きを知り、多く種類の食べ物や料理に興味をもち食べる」「命をもらっている事に気づき、感謝の気持ちをもって味わう」「すべての命を大切に作る心を持つ」ことを目標に取り組んでいます。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>

【様式 3】

③食育の日の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	福岡県 北九州市
取組市町村名 取組団体・企業名	八幡西区 若竹保育園
取組の名称	和食器を使つての食事体験 出汁で味わう和食の日
実施時期	令和7年11月6日
取組に該当する 食育ピクトグラム (複数選択可)	<div style="display: flex; flex-wrap: wrap; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;"><input checked="" type="checkbox"/> 1 みんなで楽しく 食べよう</div> <div style="text-align: center;"><input type="checkbox"/> 2 腹ごはんを 食べよう</div> <div style="text-align: center;"><input type="checkbox"/> 3 バランスよく 食べよう</div> <div style="text-align: center;"><input type="checkbox"/> 4 太りすぎない やせすぎない</div> <div style="text-align: center;"><input type="checkbox"/> 5 よくがんで 食べよう</div> <div style="text-align: center;"><input type="checkbox"/> 6 手を洗おう</div> <div style="text-align: center;"><input type="checkbox"/> 7 災害に そなえよう</div> <div style="text-align: center;"><input type="checkbox"/> 8 食べ残しを なくそう</div> <div style="text-align: center;"><input type="checkbox"/> 9 産物を 応援しよう</div> <div style="text-align: center;"><input checked="" type="checkbox"/> 10 食・農の 体験をしよう</div> <div style="text-align: center;"><input type="checkbox"/> 11 和食文化を 伝えよう</div> <div style="text-align: center;"><input type="checkbox"/> 12 食育を 推進しよう</div> </div>
取組内容	<p>●ねらい 和食の日を通して、日本の食文化に興味を持ったり、マナーを知ったりする。</p> <p>●対象児 ●参加人数 5歳児 15人</p> <p>●取組内容 和食器を使って食事をし、和食の日のポスターを見ながら和食について学びました。和食の日のパンフレットを園児に配布しました。</p> <p>●感想 和食器を前に緊張する姿が見られたが、マナーにも気を付け、興味や関心を持って食事をしていました。いつもと違う雰囲気です。食事をし、マナーが身につくきっかけになったので、今後も食事のマナーを意識して食べられるように持続していきたいです。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">    </div>

【様式 3】

③食育の日の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	北九州市
取組市町村名 取組団体・企業名	社会福祉法人若杉会 池田保育園
取組の名称	菜園活動
実施時期	2025 年 5 月～8 月
取組に該当する 食育ピクトグラム (複数選択可)	<input checked="" type="checkbox"/> 1 みんなで楽しく食べよう <input type="checkbox"/> 2 朝ごはんを食べよう <input checked="" type="checkbox"/> 3 バランスよく食べよう <input checked="" type="checkbox"/> 4 太りすぎないやせすぎない <input checked="" type="checkbox"/> 5 よくかんで食べよう <input checked="" type="checkbox"/> 6 手を洗おう <input type="checkbox"/> 7 災害にそなえよう <input checked="" type="checkbox"/> 8 食べ残しをなくそう <input checked="" type="checkbox"/> 9 産物を応援しよう <input checked="" type="checkbox"/> 10 食・農の体験をしよう <input checked="" type="checkbox"/> 11 和食文化を伝えよう <input checked="" type="checkbox"/> 12 食育を推進しよう
取組内容	<p>対象児：4 歳児</p> <p>ねらい：菜園活動を通じて豊かな食を育む</p> <p>実施内容：5 月に夏野菜を植えました。当番を決めて毎日水やりを行いました。日々花や実がなるのを観察をし、収穫をしました。</p> <p>野菜の栽培を通して、いろいろなことを感じたり、気付いたりして、子どもたちの感性がより豊かになったのではないかと思います。また自分たちで収穫した野菜を食べることで、食べ物や作ってくれる人への感謝の気持ちを持ち、命の大切さを知り、「食」への興味関心へ繋がる良いきっかけになったと思います。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">   </div>

【様式 3】

③食育の日の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	北九州市
取組市町村名 取組団体・企業名	社会福祉法人 三密会 聖愛保育園
取組の名称	・だしを味わう和食の日
実施時期	令和 7 年 11 月 19 日
取組に該当する 食育ピクトグラム (複数選択可)	<input checked="" type="checkbox"/> 1 みんなで楽しく食べよう <input type="checkbox"/> 2 朝ごはんを食べよう <input checked="" type="checkbox"/> 3 バランスよく食べよう <input type="checkbox"/> 4 太りすぎないやせすぎない <input checked="" type="checkbox"/> 5 よくかんで食べよう <input type="checkbox"/> 6 手を洗おう <input type="checkbox"/> 7 災害にそなえよう <input checked="" type="checkbox"/> 8 食べ残しをなくそう <input checked="" type="checkbox"/> 9 産物を応援しよう <input type="checkbox"/> 10 食・農の体験をしよう <input checked="" type="checkbox"/> 11 和食文化を伝えよう <input checked="" type="checkbox"/> 12 食育を推進しよう
取組内容	<p>【取組内容】だしをしろ！</p> <p>【目的】給食で使用している「だし」をしってもらうため。</p> <p>【対象者】5 歳児 16 人</p> <p>11 月 19 日に 5 歳児に「だし」についてお話ししました。</p> <p>「こんぶ」「かつお」「にぼし」について説明をして直接子どもにこんぶ、かつお、にぼしに触れてもらいました。</p> <p>「かつおは、たこやきのにおいするね。」「にぼしはおやつで食べてるのと一緒だね。」「こんぶの白いのは何？」など関心を持っていました。</p> <p>今日の給食のすまし汁と大根のべっこう煮で使用している「だし」は「にぼし」と「こんぶ」を使っているよと伝え、とてもよく食べていました。家庭や給食での食事で少しでも「だし」や「和食」に、興味を持ってくれたらいいなあと思います。</p>









【様式 3】

③食育の日の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	北九州市
取組市町村名 取組団体・企業名	引野乳児保育園
取組の名称	非常食アレンジ マカロニグラタンづくりに挑戦！（クッキング体験）
実施時期	2025年9月19日
取組に該当する 食育ピクトグラム （複数選択可）	<input checked="" type="checkbox"/> 1 みんなで楽しく食べよう <input type="checkbox"/> 2 曜ごはんを食べよう <input checked="" type="checkbox"/> 3 バランスよく食べよう <input checked="" type="checkbox"/> 4 太りすぎないやせすぎない <input checked="" type="checkbox"/> 5 よくかんで食べよう <input checked="" type="checkbox"/> 6 手を洗おう <input checked="" type="checkbox"/> 7 災害にそなえよう <input checked="" type="checkbox"/> 8 食べ残しをなくそう <input type="checkbox"/> 9 産物を応援しよう <input checked="" type="checkbox"/> 10 食・農の体験をしよう <input type="checkbox"/> 11 和食文化を伝えよう <input checked="" type="checkbox"/> 12 食育を推進しよう
取組内容	<p>目的・ねらい</p> <p>食育と習慣づくりの一環として、日常生活の中で備蓄食品を味わいました。</p> <p>対象者</p> <p>（クッキング体験）2歳児クラス 15名実施 （おやつ提供）0歳～2歳児クラスの給食児 計39名提供</p> <p>実施内容や特徴など</p> <p>非常食の「ライスるん五目がゆ和風風味」を活用した手作りおやつを作りました。水で戻すおかゆを牛乳で戻すことでホワイトソースに見立てました。2歳児クラスの子ども達は、おかゆをアルミカップに盛り付け、チーズやパセリのトッピングに挑戦しました。しっかりと手洗いを行って三角巾とエプロンを身に着け、調理員の説明も真剣に聞いていました。真剣な表情で取り組んでいる姿が印象的でした。自分で作ったものが分かるようにアルミカップの側面に名前を記入して仕上げています。自分で作ったおやつは格別な味だった様子でモリモリと食べていました。実施の様子や食事の動画・写真は、保護者に向けてきつぷノートで配信しました。</p>

【様式 3】

③食育の日の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	北九州市
取組市町村名 取組団体・企業名	認定こども園 ちいさいおうち共同保育園
取組の名称	お米を育てて食べよう
実施時期	2025年6月～11月
取組に該当する 食育ピクトグラム (複数選択可)	<input checked="" type="checkbox"/> 1 みんなで楽しく食べよう <input type="checkbox"/> 2 朝ごはんを食べよう <input type="checkbox"/> 3 バランスよく食べよう <input type="checkbox"/> 4 太りすぎないやせすぎない <input checked="" type="checkbox"/> 5 よくかんで食べよう <input checked="" type="checkbox"/> 6 手を洗おう <input type="checkbox"/> 7 災害にそなえよう <input checked="" type="checkbox"/> 8 食べ残しをなくそう <input checked="" type="checkbox"/> 9 産物を応援しよう <input checked="" type="checkbox"/> 10 食・農の体験をしよう <input type="checkbox"/> 11 和食文化を伝えよう <input checked="" type="checkbox"/> 12 食育を推進しよう
取組内容	<p>頂いた20粒くらいの粳を年長さんが育てることになりました。バケツに土と水を入れ落とさないように種を慎重に植え、芽が出るのを楽しみに待ちました。バケツ5個分植えましたが、芽が出たのはバケツ3つ。毎日バケツをのぞき込んで水やりをしていきました。根を張らせるために水を入れない時期もある難しいお米作りです。たくましくぐんぐん伸びていきとうとう穂が。「これがお米？」と子どもたち。段々穂が大きくなって頭を下げてきていよいよ収穫。鎌を持って刈ろうとしますがなかなか刈れず、保育者と一緒に刈り束にまとめて年長さんの部屋の前に干しました。お散歩で見ていた稲も園に植えたことでさらに身近になったようです。干した稲は脱穀をすることに。牛乳パックに入れて口を持って引っ張りますが、なかなか取れないし飛んで行ってしまい「もったいない」とあわてて拾いに行きました。粳すりでは、すり鉢に入れ野球ボールを使ってゴリゴリしますが、なかなか粳が取れず「あれ?」「全然かわらんね」と大苦戦。沢山の時間をかけてやっと玄米の出来上がり。</p> <p>やっとたどりついた玄米を使って玄米せんべいを作りました。炊いた玄米に塩、青のりを入れて片栗粉を入れ丸めてから薄くのばしました。なかなか薄くならず一生懸命薄くしていました。それを焼いてもらい年長さんが食べてみると・・・「おいしい!」 育て、食べられるようになるまでに沢山の工程があって美味しいご飯が食べられるということを知った年長さんでした。残った稲はしめ飾りに。お正月に飾るのを楽しみにしています。</p>
	     

【様式 3】

③食育の日の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	北九州市
取組市町村名 取組団体・企業名	認定こども園岩崎保育園
取組の名称	「おいしい・たのしい・ありがとう」の日
実施時期	毎月19日
取組に該当する 食育ピクトグラム (複数選択可)	<input checked="" type="checkbox"/> 1 みんなで楽しく食べよう <input checked="" type="checkbox"/> 2 朝ごはんを食べよう <input checked="" type="checkbox"/> 3 バランスよく食べよう <input checked="" type="checkbox"/> 4 太りすぎないやせすぎない <input checked="" type="checkbox"/> 5 よくかんで食べよう <input type="checkbox"/> 6 手を洗おう <input type="checkbox"/> 7 災害にそなえよう <input checked="" type="checkbox"/> 8 食べ残しをなくそう <input type="checkbox"/> 9 産物を応援しよう <input type="checkbox"/> 10 食・農の体験をしよう <input checked="" type="checkbox"/> 11 和食文化を出えよう <input type="checkbox"/> 12 食育を推進しよう
取組内容	<p>●毎月19日には「食育」につながる絵本（食べ物が出てくるもの、野菜の栄養や生長過程等が分かるもの、調理場面などに興味をもてるもの等）を各年齢に合わせて担任が選び、読み聞かせを行いました。</p> <p>●食育の日に合わせて「食育だより」を発行し、旬の野菜の紹介、季節行事に関する食の話、献立や調理の工夫、規則正しい生活や食習慣の大切さなどについて、保護者への情報提供を行いました。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">    </div>