

食事マナーチャレンジカード（R1.11 実施）のまとめ

ゆり・ひまわり組対象に行った食事マナーチャレンジカードの結果を報告します。この結果を今後の食育活動の参考にさせていただきます。ご協力ありがとうございました。

提出率 ゆり組（4歳児） 76%（16人/21人）

ひまわり組（5歳児） 75%（15人/20人）

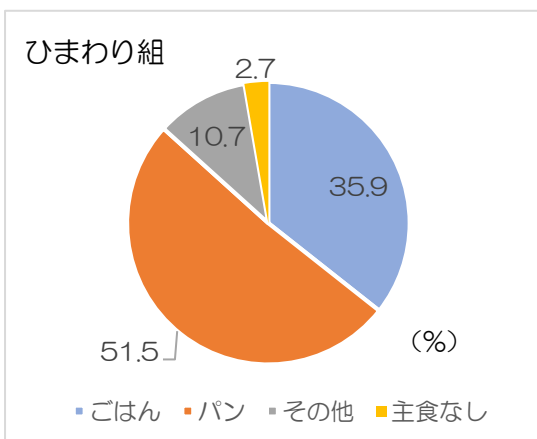
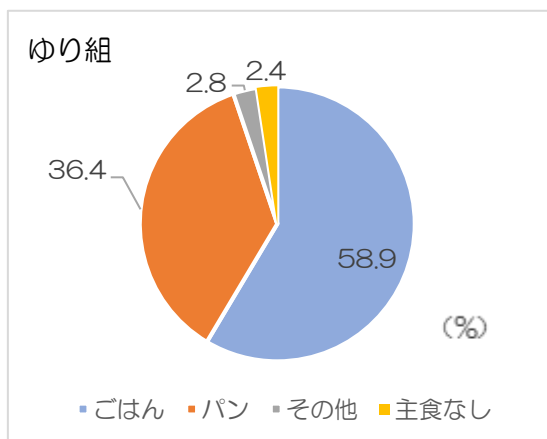
※期間中にインフルエンザが流行っていたこともあって、実施できなかった方や、いつもより食事が食べれなかった方もおられました。

内容（期間は1週間）

- ★朝ごはんを食べたものを書いてもらう（主食、主菜、野菜）
- ★家族全員で夕食時にマナーに気を付けてもらう（いい姿勢、箸の持ち方）
- ★夕食で野菜のおかずを食べる
- ★1週間の中で、骨付きの魚にチャレンジしてもらう

★朝ごはんを食べたものを書いてください

☆主食



※その他は肉まん、パスタ、ラーメン、うどん、パンケーキ、もち、お好み焼きなどでした。

☆主菜

1週間のうち、肉類、魚類、卵などを食べた割合

ゆり組 78%（1週間で5.5日主菜を食べている）

ひまわり組 71%（1週間で5日主菜を食べている）

☆野菜

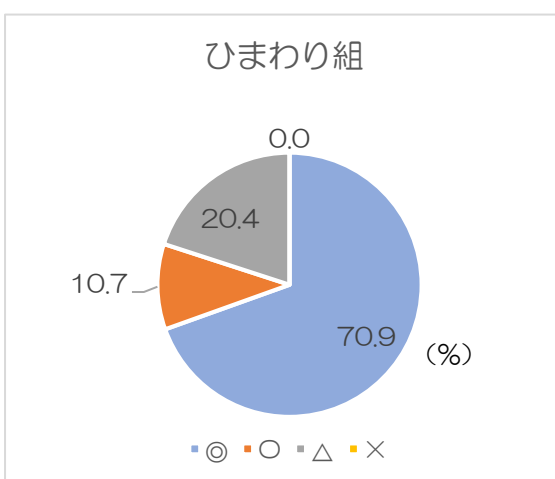
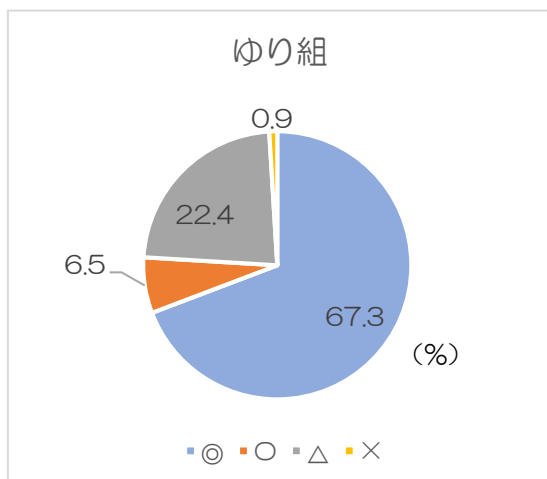
1週間のうち、野菜類を食べた割合

ゆり組 84% (1週間で5.9日野菜を食べている)

ひまわり組 60% (1週間で4.2日野菜を食べている)

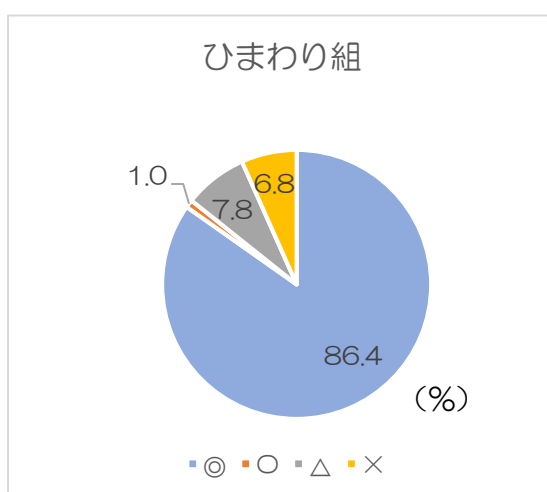
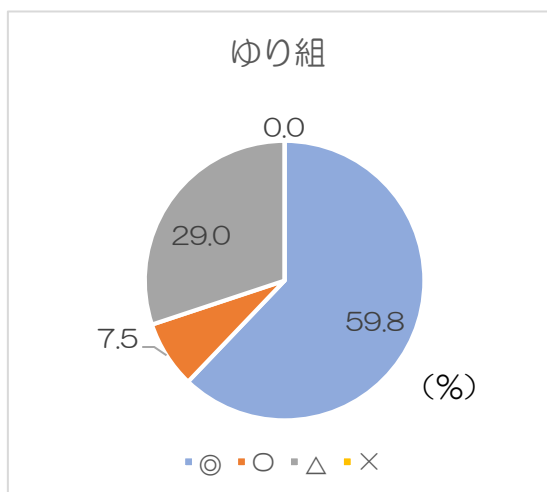
★マナーについて

☆いい姿勢で食べる(姿勢、お皿を持つ、イスの座り方など)



◎…家族全員出来た ○…子どもだけできた △…大人だけできた ×…全員できなかった

☆箸の持ち方に気を付ける



◎…家族全員出来た ○…子どもだけできた △…大人だけできた ×…全員できなかった

★野菜のおかずを食べる(夕食)

ゆり組 86% (1週間で6日野菜を食べている)

ひまわり組 90% (1週間で6.3日野菜を食べている)

★骨付きの魚を食べよう

◎ゆり組

食べた魚…さば、鮭、カレイ、さんま、ほっけなど

骨を全部自分で外せた 4人（その魚を全部食べた…2人、残した…2人）

半分くらい自分で外せた 5人（その魚を全部食べた…3人、残した…2人）

できなかった 5人（その魚を全部食べた…3人、残した…2人）

◎ひまわり組

食べた魚…鮭、さんま、さば、カレイなど

骨を全部自分で外せた 7人（その魚を全部食べた…6人、残した…1人）

半分くらい自分で外せた 6人（その魚を全部食べた…3人、残した…3人）

できなかった 2人（その魚を全部食べた…0人、残した…2人）

★感想、反省

◎ゆり組

- ・ 魚は今までは身を取って食べさせていましたが、保育園でやっているようで、全部自分で食べれました。
- ・ 時間がたつにつれて立ったり座ったり、動き回って時間ばかりが過ぎてしまいます。
- ・ 普段からマナーなど気を付けているので、◎を多くつけることができた。
- ・ 魚は親がほぐしてから渡していたので、最初から一人で食べる姿を見るのは初めてでした。一人黙々と集中して食べていて、とても成長を感じました。
- ・ 朝食の主菜はあまり食べなかったので用意することが減ってしまっていました、少し考えないといけないかなと思いました。
- ・ 野菜も好き嫌いがあって、食べれるものが少ないですが、このチャレンジを機に増やしていきたいです。
- ・ 一日の食事を通して、野菜が全然食べれていないことが改めて分かりました。

◎ひまわり組

- ・ 朝あまり量を食べられないので、少しずつ増やしていけるよう工夫したいです。
- ・ 日頃から見て注意しているはずでも、いざ〇付けしてみるとできたりできなかったり。これからも家族みんなで意識していこうと思います。
- ・ チャレンジカードが終わってからも食事のマナーやバランスよく食べることを気を付けたいです。食べることは大事ですよ。
- ・ 箸の持ち方がなかなか良くなるので、今後も少しずつでもよくなるよう指導していきたいです。
- ・ 朝に主菜を用意するのが大変で、休日しかできませんでした。夜の残り物などで工夫してバランスの良い朝食にしたいと思います。