

食事マナーチャレンジカード（H30.11 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。

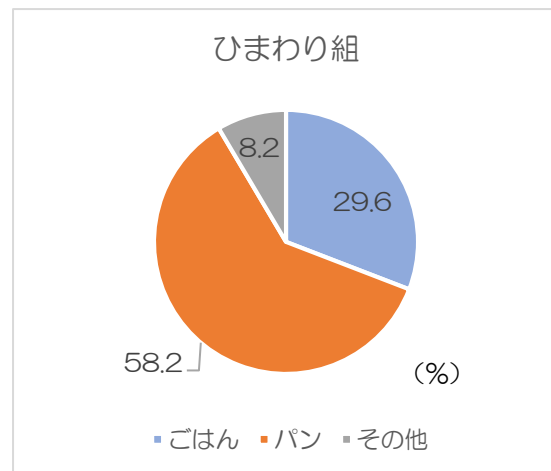
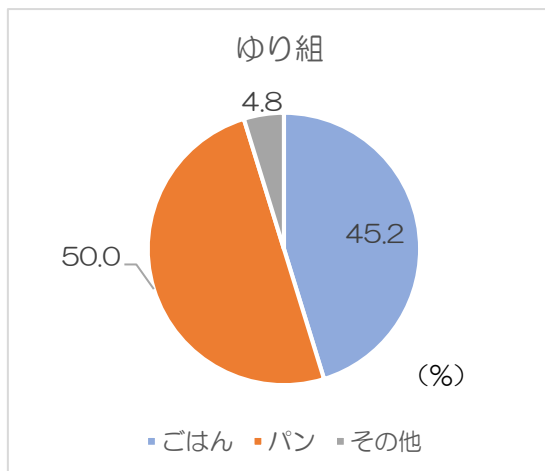
提出率	ゆり組（4歳児）	90%（18人/20人）
	ひまわり組（5歳児）	74%（14人/19人）

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）
- ★お手伝いをする
- ★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



☆主菜

1週間のうち、肉類、魚類、卵などを食べた割合

ゆり組	72%（1週間で5日主菜を食べている）
ひまわり組	54%（1週間で3.8日主菜を食べている）

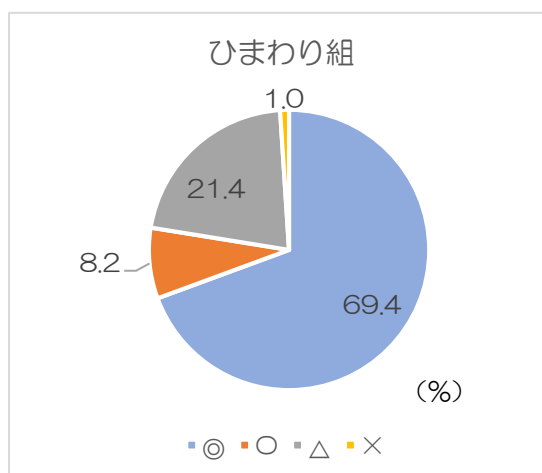
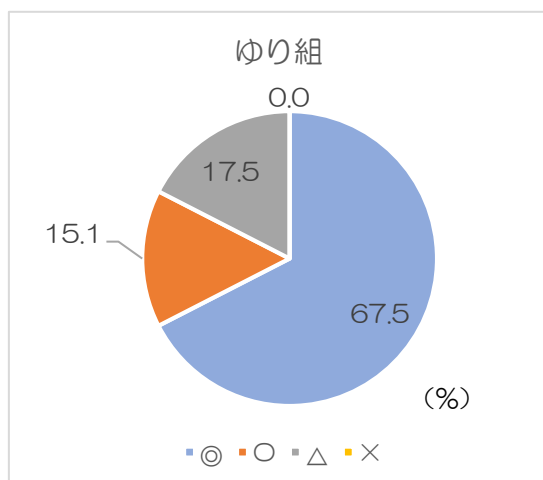
☆野菜

1週間のうち、野菜類を食べた割合

ゆり組	69%（1週間で4.8日野菜を食べている）
ひまわり組	52%（1週間で3.6日野菜を食べている）

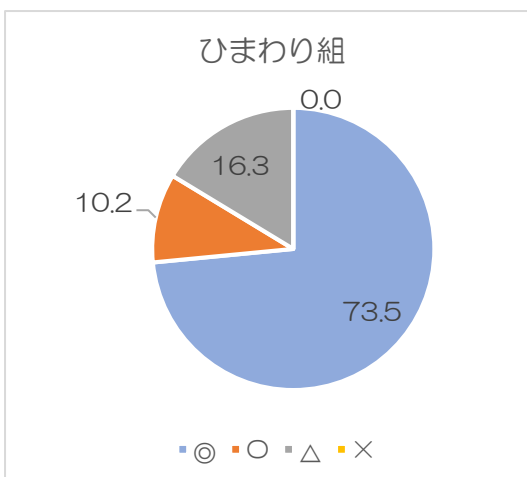
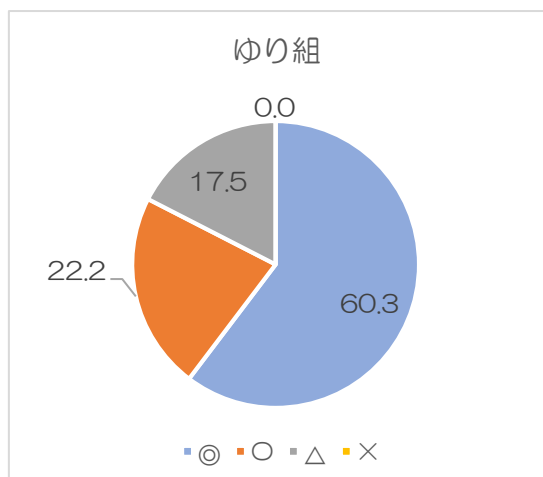
★マナーについて

☆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 ×…全員出来なかった

☆箸の持ち方に気を付ける



★お手伝いをする

◎ゆり組

1週間で平均5.1日お手伝いをしていた

内容…食器の準備・片付け、盛り付け、料理を運ぶ、ご飯をよそう、おにぎりを作る、ピーラーで皮むき、お米とぎなど

◎ひまわり組

1週間で平均5.7日お手伝いをしていた

内容…食器の準備・片付け、食器洗い、料理を運ぶ、ごはんの盛り付け、炒める、カレー作り、ピーラーで皮むき、味見、一緒に作る、野菜を切る

★骨付きの魚を食べよう

◎ゆり組

食べた魚…さんま、さば、あじ、鮭、カレイ、ししゃも、タラ、ほっけ、ひらまさなど

骨を全部自分で外せた 8人（その魚を全部食べた…8人、残した…0人）

半分以上自分で外せた 7人（その魚を全部食べた…4人、残した…3人）

できなかった 2人（その魚を全部食べた…1人、残した…1人）

◎ひまわり組

食べた魚…鮭、さんま、カレイ、さば、あじ、ほっけ、いわしなど

骨を全部自分で外せた 6人（その魚を全部食べた…5人、残した…1人）

半分以上自分で外せた 5人（その魚を全部食べた…4人、残した…1人）

できなかった 1人（その魚を全部食べた…1人、残した…0人）

★感想、反省

- ・ お箸がまだ上手に使いえないので、ちゃんとしたい。お手伝いを積極的にしてくれて嬉しかった。
- ・ 少し前から姿勢を注意していたが、少し直ってきたと思う。魚の骨をはずそうとする姿を見れて良かった。
- ・ 朝ごはんの野菜が少なかったなので、もう少し意識していかないといけないと思った。
- ・ 今まで魚の骨はとってあげていたが、そのまま出したら上手に食べていてびっくりした。
- ・ もう少し大きくなったら調理のお手伝いもしてもらおうかなと思った。
- ・ 声をかけて食べる姿勢などみんなで気をつけることが出来た。
- ・ 前に比べて朝ごはんを毎日食べていけるようになった。
- ・ 良い姿勢が最後まで続かない。
- ・ お手伝いできることが増えてきて、自分から声をかけてくれることもある。