

過年度の食育情報交換会の取組について

都筑区では、保育施設・小学校・中学校等の関係機関が連携し、子どもの健やかな成長を支えるための食育の取組として「食育情報交換会」を毎年開催しています。

令和4・5年度の取組テーマ

「バランスよく食べる」

設定理由：コロナ禍で子どもたちが食の楽しみを感じにくい状況にあり、食事のバランスに偏りがみられることから、バランスよく食べることの大切さを伝えたい。

令和5年度の概要

第1回（7月）

保育施設や学校など区内の関係機関が参加し、子どもたちの「バランスのよい食事」をテーマに、日々の食育の課題や工夫について意見交換を行いました。



主な内容

- 各施設における食育の課題共有
- 課題解決に向けたグループワーク
- 保護者や子どもに「伝わる」食育の情報発信方法の検討

具体的な意見・工夫の例

- 苦手な食材に慣れるために、一口から始める工夫や調理・体験活動の導入
- 年齢や発達段階に応じた、噛む力・飲み込む力を育てる支援
- 小学校高学年以降の体形意識に配慮した、家庭と連携した啓発

第2回（12月）

「伝わる資料づくり」をテーマにした研修を実施し、対象者に伝わりやすいチラシやお便り等の作成ポイントについて学びました。

令和6・7年度の取組テーマ

「朝ごはん」

設定理由：それぞれの施設における共通の課題として、朝食欠食や食事内容の偏りがあるため。

令和6年度の概要

第1回（7月）

朝ごはんに関する課題を保育施設・学校ごとに共有し、解決に向けた具体的なアイデアをグループワークで検討しました。

過年度の食育情報交換会の取組について

主な課題

- 朝食を食べずに登園・登校する子どもがいる
- 菓子パン等に偏った朝食
- 生活リズムの乱れによる欠食

主な取組アイデア

- 年齢に応じた食育の積み重ね
- 保護者への個別・段階的な声かけ
- 簡単に取り入れられるレシピや市販品の情報提供



第2回（12月）

講演 「朝ごはん、どうしたら食べられる？～少しの工夫で朝ごはんがランクアップ～」

講師 有限会社スタジオ食 代表 牧野 直子氏

講師を招き、「少しの工夫で朝ごはんをランクアップする方法」について学びました。

講演後の意見交換では、

- まずは「何か食べる」ことを目標にすること
 - 今の朝食に「プラス1品」から始める工夫
 - 保護者・子ども双方への継続的な働きかけ
- など、現場で実践しやすい視点が多く共有されました。



令和7年度の概要

引き続き「朝ごはん」をテーマに、企画会・情報交換会を実施しました。

第1回（7月）

- 各施設における朝ごはんの課題共有
- 啓発対象を設定したグループワーク
- 対象に応じた啓発媒体の作成

参加者からは、「他施設の取組を知ることで、自施設の取組に活かせるアイデアが得られた」といった声が多く聞かれました。

第2回（12月）

講演：『『子どもの困った』は栄養不足が原因！？』

～内側から考える栄養管理と朝食の重要性～

講師：アスリートファーム 代表 岡田 竜一氏

講演と情報交換を実施し、成長期における栄養管理や朝食の重要性について理解を深めました。

