



“食べる力”は生きる力！  
～楽しく食べる子どもに！～

令和8（2026）年4月号  
川西市立保育所・認定こども園

入園所・進級おめでとうございます。新しい年度のはじまりです。子どもたちが元気で毎日を過ごせるように、一緒に見守っていきましょう。

## 川西市立保育所・認定こども園の給食について

川西市立保育所・認定こども園では、「食を営む力」の基礎を培う「食育」を計画的にすすめています。衛生的に調理し、栄養バランスのとれた食事や発達段階に応じた離乳食を提供し、食を通じた様々な体験や人とのかかわりの中で、心と身体の発育・発達を目指します。園所は子どもにとって家庭と同様に「生活する場」です。子どもが身近な大人から援助を受け、他の子どもとのかかわりを通して、「楽しく食べる」経験から、子どもの食への関心を育みます。

～ 保護者の皆さまへ お知らせとお願いです ～



### ・給食で提供する食材について

子どもがはじめて食材に触れたり、食べたりすることにより、食物アレルギーを発症することがあります。アレルギー反応を起こすと、場合によっては生命にかかわることがあるため、給食で提供する食材を 園所で「はじめて食べる」 ことがないよう、ご協力をお願いします。毎月配布する献立カレンダーを確認し、食べたことのない食材があれば、当日までに家庭で何度か食べて、子どもさんの体調を確認しておいてください。

### ・離乳の完了(おおむね生後18か月頃)までの食事について

国の指針「授乳・離乳の支援ガイド」(厚生労働省)と「教育・保育施設における事故防止ガイドライン」(こども家庭庁)に基づき、クラスの年齢にかかわらず、子どもの発育・発達に合わせて食事をすすめていくことを大切にしています。離乳の完了期(目安は生後12～18か月頃)になると、1日3回の食事が必要なエネルギーや栄養素が摂取できるようになります(離乳の進み具合により、母乳や育児用ミルクが必要な場合あり)。母乳や育児用ミルクから離乳食へすすむ中で、特に、離乳完了期は月齢の幅がある時期です。歯の生え具合や咀嚼の力は個人差が大きいことから、メニューを離乳完了期(A)と、離乳完了期(B)として、それぞれの子どもに応じた段階的な配慮をしていきます。詳しいメニューや配慮のポイントなどは献立カレンダーをご覧ください。

### ・「補食」について

子どもは大人に比べると、一度にたくさんの量を食べることができないため、1日に1～2回の補食(おやつ)が必要になります。保育所・認定こども園では、9:00頃に朝おやつとして牛乳を(3歳未満児のみ)、15:00頃に牛乳と手作りおやつを提供しています。子どもにより生活のリズムや食べる量が異なるため、様子をみながらすすめていきます。

裏面もご覧ください ⇒

# こんにちは！川西市立保育所・認定こども園の給食です。

乳幼児期は、「食を営む力」の基礎をつくる重要な時期です。

- 空腹を感じ「お腹がすいた」というリズムがもてること。
- 食べたいものや、好きなものがたくさんあり、食べることを待ち遠しく思えること。
- 食べる時は、1人より「誰かと一緒に食べたいな」という気持ちが自然にわきあがってくること。
- 食事の場で、食べ物のことを率先して話題にできること。
- 食事の準備に関わろうとする気持ちを持つこと。

保育所・認定こども園では、日々の給食や教育・保育を通して、この力を培うよう、子どもたちが生涯にわたって健康で質の高い生活を送れるよう様々な取り組みを行っています。



## 献立

「市内統一献立」です。

- 給与栄養目標量に基づいた、バランスのとれた献立です。
- おやつは、サンドイッチやフルーツ寒天、お好み焼きなど、手作りおやつが基本です。
- 「うす味」「手作り」「自然の味」を大切にしています。  
だしは、かつお・昆布・煮干し・鶏骨でとり、化学調味料は使用していません。  
シチューのルーはバターと小麦粉で作っています。
- いちじく、すいか、冬瓜など旬の果物や野菜を使用し、季節を感じられるようにしています。
- 食嗜好や食経験が広がるよう、幅広い食材を使うことを心がけています。



## 調理・配膳

保育所・認定こども園の調理室で、衛生管理を徹底し、安全な給食づくりを実施しています。

- （加熱調理は、中心温度75℃以上を確認）
- （調理後2時間以内に喫食）
- （月2回の検便を実施）
- （食材料と調理済み食品は、-20℃で2週間保存）…など
- 発育、発達に応じた調理形態や、年齢に応じた配膳を意識しています。
- 食欲をそそる盛りつけや、適温での配膳を心がけています。



## ランチタイム

友だちと楽しく食べます。

- ゆとりのある時間、清潔な場所、身体にあった机・椅子・食器で食べます。
- 食事に必要な基本的な習慣や態度を身につけます。  
（手洗い・あいさつ・歯磨きなど）
- 自然の恵みや調理をしてくれる人への感謝の気持ちを育てます。
- 様々な人と一緒に食べることで、豊かな人間性を育てます。

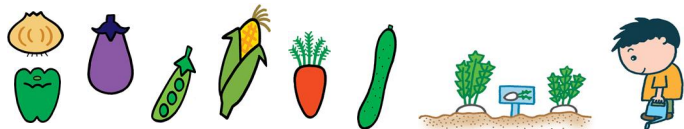


子どもが  
おいしく、楽しく  
食べられるように

## 栽培・収穫

子どもたちが栽培し、収穫した野菜などを給食で使用します。

- 園庭などでの栽培活動を通して、収穫を喜ぶだけでなく、その食材を計画的・積極的に給食に取り入れることで、自然と食事、いのちと食事のつながりに気づき、給食をより身近に感じます。



## 検食

園所長などが検食をしています。

- 子どもに適した食事の観点から、安全面や味、量、盛りつけ、食品の組み合わせなどの所見を毎日記録しています。
- 反省点などは、今後の改善に活かします。

## 食物アレルギー対応

保護者の申し出を受けて、医師の指示に基づき除去をします。鶏卵、乳・乳製品、大豆製品、小麦粉と果物は、可能な範囲で代替食を提供しています。

- 毎月の献立表をもとに除去食材を確認し、場合によっては家庭からの持参などをお願いすることもあります。
- 必要に応じて、園所長・担任・調理師・保護者での懇談を行っています。



## 家庭・地域社会への支援

保育所・認定こども園での給食の様子を知らせることで、保護者と協力しあって子育てを支えています。

- 毎月、給食日より献立カレンダーを発行しています。
- 参観日に試食会をしたり、園庭開放などの子育て支援事業で、給食の人気メニューを紹介したり、食事相談などにも応じています。

