



食料の生産（栽培）から消費（食べる）に至るまでの様々な体験活動を通して

**食を営む力を養い、人間力を育む！**

# 食育活動プログラム

興味を持って、  
楽しく食べる！



## 意識化 プログラム

食や健康に関する興味・関心・親和性・理解を深める活動

## 行動化 プログラム

生産・収穫・調理・加工・消費等に関する直接的な経験

## 継続化 プログラム

興味・関心を広げ、食や健康について能動的に取り組む活動

生産(栽培)

収穫

調理・加工

消費(食事)

# 食と健康に対する興味を引き出し 「食を営む力」と「人間力」を育む

「食を営む力」とは、食べることの意味を理解し、一人ひとりが自立的に食生活を営むことです。

# 意識化・行動化・継続化のプロセス を通して、食や健康への興味 を広げる食育プログラムです。

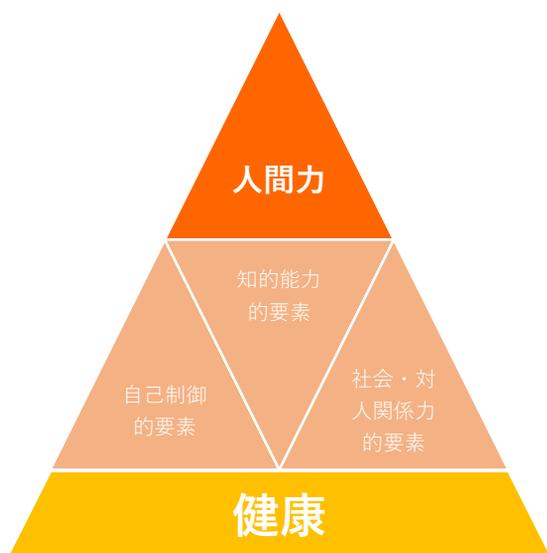
FAINE (Fun And INterested in Eat = 興味を持って楽しく食べる) は、保育所における食育に関する指針に示された「食を営む力」の基礎を培い、「目指すべき5つの子ども像」を目指し、発達段階に応じた一貫性のある、食糧生産から消費に至るまでの様々な体験活動を行う食育プログラムです。



## FAINEプログラムの理論・考え方

人間力の育成は健康が基盤

健康づくりには食を営む力が必要



生涯を通じた健康づくり

乳幼児期：「食を営む力」の基礎を培う

「食を営む力」  
食べることの意味（食に関する感謝の念や理解、伝統的な食文化・環境と調和した生産への配慮、食品の安全性の確保等）を理解し、一人ひとりが自立的に食生活を営む力のこと。

「生産」から「消費」に至る体験活動

意識化・行動化・継続化の一連の取り組み

発達段階に応じた一貫性のある取り組み

### WHO（世界保健機関）による「健康」の定義

健康とは、病気でないとか、弱っていないということではなく、肉体的にも、精神的にも、そして社会的にも、すべてが満たされた状態にあること。

## FAINEプログラムの構成内容

### 意識化プログラム

絵本、三食表、エプロンシアター、制作、実験、はてなボックス、調理演習、食に関する知識など**間接的・導入的な活動**

### 行動化プログラム

栽培活動・収穫体験、クッキング活動、食の環境構成（当番活動・お手伝い）バイキング、マナーなど**直接的な経験**

### 継続化プログラム

意識化・行動化プログラムによって高まった子どもの興味・関心をもとにした、ごっこ遊びやディスカッション、調査・発表などの**能動的な活動**

「食を営む力」を培う

Fun And Interested in Eat

**FAINE** 食育プログラム

■お問合せ先