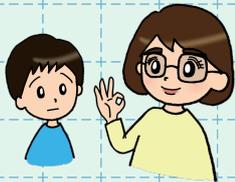


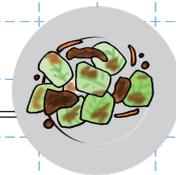
6つのステップで勧めてみよう



今月は、きゅうけん編集部のメンバーで、日々小学校の給食指導を行なっている栄養教諭めぐさんが実践している「苦手な食べ物でも挑戦するようになる関わり方」を紹介します。今回紹介するのは、1つのメニューの中に、好きなものと苦手なものが混ざっている時に特に使える方法です！

状況

(例) 肉野菜炒めで苦手な野菜が多めに残っている



1

いま食べられている
ことを認めよう

例： お肉いっぱい
食べられてるね！

2

好きなものと苦手なものを
お皿などで分けてみよう

苦手
キャベツ
にんじん

好き
お肉

3

好きなものを聞いてみよう

例： お肉は美味しい？

美味しい！

6

食べられたことを教えよう

例： キャベツ
食べられたんだよ！



と教えて、
「キャベツは
食べられる」という
実感を得てもらおう

5

食べた感想を聞いてみよう

どうだった？

うーん…

美味しいと感じてもらえなくてもOK

4

一緒に食べる提案を
してみよう

例： お肉とキャベツ
一緒に食べてみたら？

「ひと口」が難しそうだったら、
ほんの小さい「ひと欠片」の提案でOK

Point

- ・ “好き”をヒントに広げる
- ・ 食べられたことをしっかり教える
- ・ 出来ていることを認め、小さなステップで勧める

理解を深めるために、資料右下のQRコードから解説記事を読んでみよう！

詳しい解説記事は
こちら！

