

食育月間の取り組み

取組団体・施設名	幼保連携型認定こども園 たいよう学院	
取組の名称	噛むことの大切さについて	
実施時期	6 月中	
取組みの目的	☐ 共食の推進 ☐ 朝食の摂取 ☐ 栄養バランスの良い食事の摂取 ☐ 野菜の摂取 ☒ 生活習慣病やフレイル予防・改善のための良い生活習慣の実践	☒ よくかんで味わって食べる ☐ 栄養成分表示への理解促進 ☐ 食品の安全性に関する知識の普及 ☐ 農産物の栽培体験の機会提供 ☐ 食品ロスの削減 ☐ 伝統料理や郷土料理の伝承
取組内容	・食事の時にどのくらい噛んでいるのかを問いかけ、噛むことについて意識を持てるようにする。 ・『ありがとうございます』を 3 回唱えると 30 回噛めることを伝える。 ・『ひみこのはがーいぜ』を紹介してよく噛むことは、良いことがたくさんあることを伝える。 (肥満予防・味覚の発達・言葉がはっきり・脳の発達・歯の病気予防・がん予防・胃が元気・全力投球) ・クイズを行い噛むことの大切さを確認する。	

