



加西市いずみ会

事業名：食育教室

市内幼稚園、こども園等へ訪問し、食育教室を実施しています。健康ピラミッド、食育紙芝居、エプロンシアターで、赤・黄・緑で食事のバランスを揃えることや、朝食を摂取することの大切さを伝えるようにしています。園児は皆、熱心に聞いてくれました。手作りおやつ「しいたけせんべい」は園児にも保護者にも好評でした。

令和元年度は歯科衛生士さんもスタッフに加わり、おやつを食べ方や噛み方、食べた後は舌を動かして口の中を掃除する方法などをお話しされました。食育教室がより一層充実した内容となり、いずみ会にとっても勉強になりました。

これからも、子供たちの為に、食育教室の活動を継続していきたいと思えます。

プログラム内容

- 1 健康ピラミッド
- 2 栄養の話（エプロンシアター）「なんでも食べる元気ないずみちゃん」
- 3 食育紙芝居 「じゅんぺいのうんち」
- 4 手作りおやつ紹介 「しいたけせんべい」
- 5 歯科衛生士の話 「よく噛んで食べよう」



報告者：藤川 順子