

# 上越地域振興局健康福祉環境部

モデル園：やちほ保育園（上越市）

実施期間：平成21年11月9日～平成22年3月31日

## お口げんき体操ワン・ツー・スリー

対象：4・5歳児（36人）

### ○実施してみた○

曲に合わせて楽しくお口の体操をすることができた反面、長期になると興味を持たなくなりやりたがらない子もいました。お当番が前に出て順番に見本役になると、楽しみになり、一生懸命取り組む様子がみられました。家庭にもクラスだより等で知らせたため「家でも喜んでやっている」という声が聞かれるようになりました。

## よく噛んで食べるための習慣を定着する取組

対象：2・3・4・5歳児（57人）

### ○取組内容○

おやつに噛みごたえのあるものを取り入れた。

### ○実際に行ったこと○

毎日の給食時に食材や栄養について話をしたり、おやつや給食時は1口30回以上噛むようことばがけをしました。おやつにカミカミ昆布・紅いもチップス・するめなどをとりいれました。

### ○実施してみた○

自分たちから食材に興味を持ち「これは緑のなかまだね」「これは赤だよな」と話をしながら苦手な野菜も良く食べるようになりました。

## 保育園の独自の取組

### はみがき指導・おやつ参観

対象：子（35人）、親（33人）

#### ○実際に行ったこと○

子どもと保護者に対し歯の大切さをお話していただき、その後、歯磨き指導・汚れの染め出しをしました。おやつを親子で食べ、内容や与え方について話をしました。

#### ○実施してみて○

しっかり噛んで食べるには、健康な歯であることが大切だと改めて知ることができました。おやつの食べ方与え方も工夫してよい歯を守るために気をつけたいと思う保護者の声が聞かれ、良い取組だったと感じました。

## 事業全体を振り返って

お口の機能測定は1回目～2回目までの期間が短かったためかあまり変化がないように感じました。

もっともっと歯の大切さを多くの保護者に知って欲しいと思いました。