

# 村上地域振興局健康福祉部

モデル園：村上第一保育園（村上市）

実施期間：平成21年10月16日～平成22年2月27日

協力団体等：在宅歯科衛生士、食生活改善推進委員

## お口げんき体操ワン・ツー・スリー

対象：3・4・5歳児（62人）

### ○実施してみた○

給食の前に毎日実施することで、園児の発音がよくなったように思います。「パタカラの歌」を覚え、体操以外の時間に口ずさんでいる子もいます。

## よく<sup>か</sup>噛んで食べるための習慣を定着する取組

対象：3・4・5歳児（62人）

### ○取組内容○

よく<sup>か</sup>噛んで食べる習慣の定着のための取組

### ○実際に行ったこと○

給食には「きんぴらごぼう」や「こうなごのかきあげ」、おやつには「さきいか」など<sup>か</sup>噛みごたえのあるものを取り入れました。

調理形態を工夫し、年齢に応じて食べ物の大きさを変えました。

楽しく食べるための工夫として、月に2回「なかよしグループ」での給食を実施しました。

### ○実施してみた○

給食の食材や調理形態の工夫により、保育園全体でよく<sup>か</sup>噛んで食べることの大切さを改めて意識し、実感することができました。

## 保育園の独自の取組

### クッキング教室

対象：5歳児（24人）

#### ○実際に行ったこと○

自分たちで栽培・収穫したさつまいもを使用して、地域の方と一緒にカレーを作りました。



カレーづくり

#### ○実施してみて○

食生活改善推進委員等地域の方と協力し、楽しく調理に取り組んでいる様子でした。また、園児が栽培から調理まで自分たちで行ったことは、食育につながるよい経験になったと思います。

### 食育かるたの作成&かるた大会

対象：5歳児（24人）



お手製の食育かるた

#### ○実際に行ったこと○

厚紙に自分たちで食育の絵と文字を描き、かるたを作りました。また、食育かるたを使ったかるた大会を行いました。

#### ○実施してみて○

かるた作成後、お遊戯室にかるたを貼り、園児や保護者の食育への関心が高まるよう工夫しました。



手づくりのかるたを使ったかるた大会

### 歯科保健指導（食育エプロンシアター等）

対象：歯科保健指導：3・4・5歳児（62人）と保護者



歯科衛生士さんのお話

#### ○実際に行ったこと○

歯科衛生士によるブラッシング指導、食育エプロンシアター、歯に関する講話を行いました。

○実施してみても

ブラッシング指導では、園児だけでなく保護者や保育士も正しい歯のみがき方を学ぶきっかけになりました。エプロンシアターは、食育について楽しく学ぶことができました。

事業全体を振り返って

クッキング教室やかるたづくりを通じて、園児自らが体験することにより、食育や歯の健康について学ぶことができ、よかったと思います。

今回事業を実施したのは管内1保育園だったので、他の保育園や幼稚園にもこの事業で得られた成果等を伝え、食育や歯科保健の普及啓発につなげていければと思います。

コラム  
6

新潟県は子どものむし歯が日本一少ない！

