

① 食育月間の取組

<p>提出都道府県名 政令指定都市名</p>	<p>愛媛県</p>
<p>取組市町村名 取組団体・企業名</p>	<p>宇和島市 宇和島市立吉田愛児園</p>
<p>取組の名称</p>	<p>食物をよく噛んで食べることで食べ物の味を知る</p>
<p>実施時期</p>	<p>令和4年6月</p>
<p>取組内容</p>	<p>～食べ物をよくかんで食べよう～ ◎5歳児12名を対象に、エプロンシアターを使って、「食べ物をよく噛んで食べることの大切さ」のお話をしました。</p> <p>〈なぜ、よく噛んで食べなければならないの？〉</p> <p>① よく噛んで食べることで、唾液が出て、食べ物と混ざり、食べ物の味が舌に届いて味がわかることを知りました。</p> <p>② 味についての話がはじまると、「あまい」「すっぱい」「にがい」など、それぞれ意見が聞こえました。</p> <p>③舌は、食べ物がどんな味かわかるためにとても大切なところだと知りました。</p> <p>④モグモグ・カミカミをいっぱいして食べる事を楽しんでいくことを話しました。</p> <p>⑤噛むことってとても大事であること、食事がおいしくなるだけではなく飲み込みやすくなるし、排便もスッキリ出やすくなることを知りました。</p> <p>・モグモグ、カミカミの話を聞いて ひとつひとつの食べ物を、噛むことを意識して食べるようになり、食事の時間がとても嬉しくなり、みんなで楽しく食べるようになりました。</p>

