

## 食育月間の取組

<p>施設名</p>	<p>宇和島市立高光保育園</p>
<p>取組の名称</p>	<p>生活習慣を整えて、元気に過ごそう！ ～元気な歯で、おいしく食べよう！～</p>
<p>実施時期</p>	<p>6月</p>
<p>取組内容に該当する食育ピクトグラム（複数選択可）</p>	<div style="display: flex; flex-wrap: wrap; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center; margin: 5px;">  <p>1 みんなで楽しく食べよう</p> <input type="checkbox"/> </div> <div style="text-align: center; margin: 5px;">  <p>2 水はこまめに飲もう</p> <input type="checkbox"/> </div> <div style="text-align: center; margin: 5px;">  <p>3 バランスよく食べよう</p> <input checked="" type="checkbox"/> </div> <div style="text-align: center; margin: 5px;">  <p>4 太りすぎないやせすぎない</p> <input type="checkbox"/> </div> <div style="text-align: center; margin: 5px;">  <p>5 よくかんで食べよう</p> <input checked="" type="checkbox"/> </div> <div style="text-align: center; margin: 5px;">  <p>6 手を洗おう</p> <input type="checkbox"/> </div> <div style="text-align: center; margin: 5px;">  <p>7 災害にそなえよう</p> <input type="checkbox"/> </div> <div style="text-align: center; margin: 5px;">  <p>8 食べ残しをなくそう</p> <input type="checkbox"/> </div> <div style="text-align: center; margin: 5px;">  <p>9 産地を応援しよう</p> <input type="checkbox"/> </div> <div style="text-align: center; margin: 5px;">  <p>10 食・農の体験をしよう</p> <input type="checkbox"/> </div> <div style="text-align: center; margin: 5px;">  <p>11 和食文化を伝えよう</p> <input type="checkbox"/> </div> <div style="text-align: center; margin: 5px;">  <p>12 食育を推進しよう</p> <input type="checkbox"/> </div> </div>
<p>取組内容</p>	<div style="display: flex; flex-direction: column; align-items: center;"> <div style="display: flex; justify-content: space-between; width: 100%;"> <div style="width: 45%;">  <p style="color: green; font-weight: bold;">元気な歯って、どうやって出来るのかな</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○たんぱく質・「は」をつくります。 <span style="color: red;">(魚・豆腐・卵・肉)</span></li> <li>○カルシウム・「は」を守ります。 <span style="color: red;">(小魚・チーズ・ヨーグルト・牛乳)</span></li> <li>○ビタミン・「は」を強く元気にします。 <span style="color: red;">(野菜・果物・芋・きのこ)</span></li> </ul> </div> <div style="width: 45%; text-align: right;"> <h3 style="color: orange;">よく噛みましょう</h3>  <ul style="list-style-type: none"> <li>○太る・疲れやすい</li> <li>○言葉・はっきり言える</li> <li>○歯・病気になる</li> <li>○胃腸・元気になる。</li> <li>○味覚・おいしいと思う</li> <li>○脳・元気に大きくなる</li> <li>○病気・なりにくい。</li> </ul> <p>※元気に遊べる。</p> </div> </div> <div style="text-align: center; margin: 10px 0;"> <h3 style="color: orange;">なんでも食べましょう！</h3> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; width: 100%;"> <div style="width: 30%;">  <p style="color: red; font-weight: bold;">歯をしっかりと磨きまじょう</p> </div> <div style="width: 30%;">  <p style="color: orange; font-weight: bold;">壁にかはさん</p> </div> <div style="width: 30%;">  </div> </div> <div style="border: 2px solid blue; border-radius: 50%; padding: 10px; margin: 10px 0; width: fit-content;"> <p>みんなと約束！ 歯磨きは、しっかりします。</p> </div> <div style="border: 2px solid orange; border-radius: 15px; padding: 10px; margin: 10px 0; width: fit-content;"> <p>以上児はもちろん、乳児も、ばい菌がついているのを嫌がり、歯磨きを頑張っています。</p> </div> </div>