

しょくいく 食育だより

Vol.3



令和6年7月5日発行
京都府立井手やまぶき支援学校
保健部食育担当



しょくいく ひ まいつき にち
食育の日は、毎月19日で、
のうりんすいさんしょう と く しょくいく
農林水産省が取り組む「食育
すいしんしやく
推進施策」のひとつだぶー。

しょくいく ひ か た 食育の日「よく噛んで食べよう」

がつ にち しょくいく ひ
6月19日は食育の日でした。6/17~21 の一週間を「かみかみ Week」として給食には、ほねごと
しっかりと食べる「いわしのかばやきふう」、噛めば噛むほど味が出る「たこめし」、食感を楽しめ
る「きくらげ」、など「噛む」ことを意識した、かみかみ献立がつづきました。給食前には、お口の
うんどうのビデオを視聴しながら、30回を目標によく噛んで、おいしく食べるトレーニングにも取り組
みました。また、エントランスにはルーレット式の学習パネル「かみかみくん」を設置したり、かみか
み Week の献立、よく噛む8大効用「ひみこのはがいぜ」（ひまん予防、みかくの発達、ことばの
はったつ、のうのはったつ、はのはったつ、がんとんぼう、い腸快調、ぜんりょくとうきゅう）を展示したりすることで、児童
生徒や指導者が興味をもって見たり、触れたりする姿が見られました。



これから
もよくか
んで食べ
るぶー!



ビデオを見ながら「あいうえべー体操」でお口の運動に取り組んでいます。