

「食育月間」の取組実績

課・事務所・市町名	香美町 健康課
取組の名称	歯のための食事・おやつについての講話
取組内容	<p>< 目的 > 乳幼児期の食習慣は、生涯にわたり健やかな食生活を送る基礎となることから、保護者の方及び子ども自身が正しい知識を習得し、適切な食選択ができるよう支援する。</p> <p>< 日時 > 令和2年6月4日(木) 午前10時～午前11時15分</p> <p>< 場所 > 小代子育て子育て支援センター</p> <p>< 対象 > 子育て中の親子</p> <p>< 参加人数 > 親子10組</p> <p>< 内容 ></p> <p>①歯科衛生士による講話 むし歯予防というテーマで、むし歯が与える影響や要因、歯みがきの方法、おやつの選び方についての話をしました。</p> <p>②栄養士による講話 歯のための食事とおやつというテーマで、おやつに関しては、幼児期における間食の意味や適量、おすすめのおやつの種類について、噛むことの大切さやよく噛むための食事の工夫について話をしました。また、歯のためのおやつとして、レシピの紹介をしました。</p> <p>< 参加者の様子 ></p> <p>・乳幼児期から歯の健康を保つために、口腔ケアと食事の両方に気をつけていくことが大切だということを改めて理解していただけた様子でした。</p>