



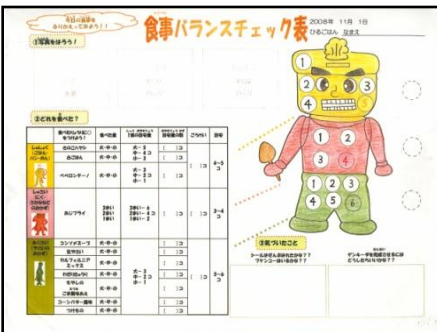
第3回(11/1・2)のプログラムでは、第2回と同様に、自作の「**食事バランスチェック表**」を用いて、自分たちがバイキングでとった食事を黄・赤・緑の3色に分類することや自分たちに必要な食事の量を知り、主食、主菜、副菜のそろったバランスのよい食事をとることの大切さを学びました。「**食育クイズ**」では、第1回から第3回までのプログラムで学んだことのまとめを楽しみながら行いました。

また、保護者プログラムでは、6月に実施した食育アンケートと目標カードの結果報告、食育プログラムスタッフ代表の教授 長坂祐二より食育プログラムの趣旨と家庭での取り組みについて説明を行いました。

なお、『「**キッズわくわくキャンプ**」で実施した食育プログラムの意図について』を同封しています。ご家庭での話題の1つに取り入れていただければ幸いです。

次回のキャンプが最終となります。この1年間の食育プログラムの報告をさせて頂く予定です。

① 食事バランスチェック表



② 食育クイズ



何問正解
 できたかな?



2日目の登山終了後、ごはんジャー黄色が再び紙芝居から飛び出して「**食育クイズ**」を実施しました。3色、バランス、マナー、旬、郷土料理の5つのテーマに沿ったクイズを出題し、第1回から第3回までで学んだことのまとめをしました。



1日目の昼食後に「**食事バランスチェック表**」を用いて、実際に自分が選んだ食事の写真を見ながら、何を食べたかを振り返りました。また、どれくらいの量を食べたか、シールを貼って一緒に楽しく学びました。



お願い

次回キッズわくわくキャンプ(11/17・18)時に家庭での食育に使用している「**目標カード**」を集めさせていただきますのでご持参下さい。
 また、今までに実施した目標カードをお持ちの方は、次回のキャンプ時にご持参下さい。
 何かご不明な点などございましたら、ご連絡下さいますよう、よろしくお願い致します。

食育プログラムスタッフ一同(代表者 長坂 祐二)