

【様式 1】

① 食育月間の取組

課・事務所・市町名	香美町 健康課
取組の名称	ママとクッキング「歯のための食事・おやつ」
実施時期	令和4年6月2日（金）
取組内容	目的 児がより健やかに成長・発達していくために歯科衛生士・管理栄養士による講話と調理実習を実施しました。 対象者（参加者） 子育て中の親子 大人5人、子供7人 実施内容 ①調理実習 「砂糖を使わない 簡単手作りおやつ」 砂糖を使わないおやつ（野菜チップ、くるくるチーズ春巻き）を親子で一緒に調理しました。（コロナ感染症予防のため、持ち帰りとししました） ②歯科講話「おやつとむし歯」 むし歯の成り立ちについて、目で見て分かる媒体を用いて指導を行いました。 参加者の様子 ・「素材の甘味だけでおいしい」「簡単なので、家でも作れそう」などの感想がありました。 ・お母さんたちは「こうしてむし歯になるんだって」「むし歯菌だよ」などと子どもに声をかけながら話を聞いてくれました。 ・おやつについてはむし歯になりにくいものを紹介すると「そうなんだ」「知らなかった」との声が聞かれ、今後も健診等で繰り返し周知していく必要があると感じました。 ・ジュースについては入っている糖分量を実際に見てもらうと、お母さんたちは与えている糖分量が多いことに驚いている様子が見られました。