

絵本を通じて食育を！

家庭でも食育を行なら「食育絵本」がおすすめです。絵本に登場してくる食べ物のイメージはワクワクとした気持ちとともに、食への興味・関心を高めることができます。食べ物を大切にすることや好き嫌いを克服すること、「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつや食事のマナーなどを知るきっかけにもなります。



Table with 10 columns: 日曜日, 献立名, 3時のおやつ, 黄の仲間, 赤の仲間, 緑の仲間, 献立名, 黄の仲間, 赤の仲間, 緑の仲間. Rows 1-30 contain daily menu items and ingredients.