

# 食育すごろく

## <遊び方>

- サイコロの目の数だけコマを進めましょう。
- のマスはサイコロに関係なく、必ず止まって読みましょう。
- 止まった○のマスに書いている内容は声を出して読み、日頃の食生活に活かしましょう。
- 下の絵を線で切り取り、点線で折ってコマとしてお使いください。

### 葛城市食育推進計画

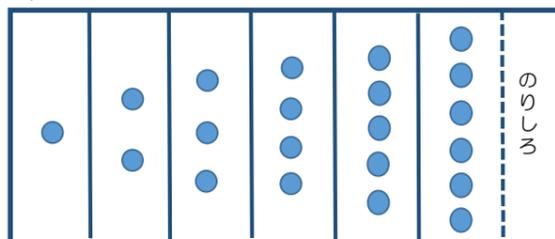
「いのちはぐくむ食育のまち葛城！」

食育推進計画の策定に基づき見えてきた葛城市の課題のうち、下記の4点について重点的に取り組んでいます。

- ◎手ばかり栄養法で「野菜を両手山盛り一杯も食べていない」人が多い。
- ◎夕食後に間食（夜食を含む）を週3回以上食べている人が多い。
- ◎食事をするときうすあじにしている人が多い。
- ◎朝食を毎日食べている人の割合が低い



切り取ってのり付けし、サイコロとしてお使いください。



太線で切り取り、点線で折ってコマとしてお使いください。

