保健だより

保険年金課　☎0738-23-5530
FAX0738-24-2890

おいしく、いつまでも元気に！御坊市の食育『５つの目標』

第２次御坊市食育推進計画（令和６年度～令和11年度）では、市民が豊富な御坊市の食を通して生き生きと過ごせるよう、「５つの目標」の達成に向けて食育を推進しています。

今年度、この５つの目標をこどもたちが親しみやすいテーマにして、市内の小学１～３年生を対象に、**「食育に関する絵画コンクール」**を実施したところ、30点の応募がありました。

その中から、受賞作品を紹介します！

第２次御坊市食育推進計画はこちら

令和８年度食育に関する絵画コンクール 受賞作品

食育に関する５つの目標（絵画コンクールテーマ）
①１日、３回（朝・昼・夕）食べて元気なからだをつくろう
②歯みがきで、丈夫な歯にし、よくかんで食べよう
③御坊市産の食べ物を知って食べてみよう
④好きな料理から作ってみよう
⑤地震などの災害のときの食事を準備しよう



テーマ	③
タイトル	おいしいまめごはん
学校名	名田小学校　１年生
氏名	阪口（さかぐち）　諒（りょう） さん



テーマ	④
タイトル	いのちをみらいへつなごう
学校名	湯川小学校　２年生
氏名	木下（きのした）　心音（こと） さん



テーマ	③
タイトル	ご坊の食べ物どれがすき？
学校名	御坊小学校　３年生
氏名	田村（たむら）　凛太郎（りんたろう） さん

◆11月８日は、いい歯の日

本市の食育計画でも、５つの目標の一つに『歯と口の健康を保ち　おいしく食べる』を掲げ、健康な歯を保つことを目指しています。

こどものころからの習慣を大切に！

こどものころからの歯みがき習慣は、将来の歯とお口の健康につながる大切な第一歩です。今回のコンクールで、『歯みがきで、丈夫な歯にし、よくかんで食べよう』をテーマに描かれた素敵な作品がありましたので、あわせて紹介します。

セルフケアとプロケアで歯の健康を！

むし歯や歯周病は、お口の中だけではなく、全身の健康にも影響を与えます。毎日のていねいな歯みがき（セルフケア）に加えて、かかりつけ医での定期的なチェック（プロケア）を受け、歯の健康を保ちましょう。

この機会に、ご自身やご家族のお口の健康について考えてみませんか？

食育に関する絵画コンクールより



テーマ	②
タイトル	はみがき上手になったね
学校名	御坊小学校　２年生
氏名	塩路（しおじ）　衣舞（いぶ） さん