

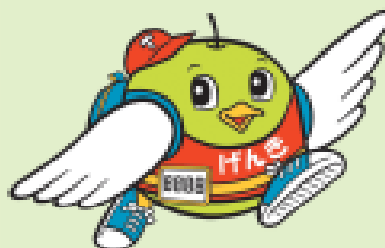
(2) 東部地域の取組

平成 22 年度

- ・ 社会福祉法人鳥取福社会松保保育園 (鳥取市)
- ・ 八頭町立八東保育所

平成 23 年度

- ・ 鳥取市立浜村保育園
- ・ 若桜町立若桜保育所



鳥取県健康づくりシンボルキャラクター
「げんきトリピー」

実施主体：鳥取県東部総合事務所福祉保健局

社会福祉法人鳥取福祉会 松保保育園の取組状況

保育所の概要

所在地：鳥取市

園児数：定員 120名

対象園児：4歳児 29名

鳥取市の概要

人口規模：195,417人(平成24年10月31日現在)

保育所数：47か所
(公立30、公設民営2、私立15)

実施状況

(1)実施期間 平成22年10月26日～平成23年1月24日

(2)実施した遊び

	遊び名	実施		遊び名	実施
①	ペロペロ遊び		⑩	くるくるうさぎ	○
②	あっちむいてホイ舌編	○	⑪	ストロー射的やさん	○
③	舌リレー	○	⑫	すごろくボトル	
④	顔じゃんけん	○	⑬	ストローの魚つり	○
⑤	しゃぼん玉	○	⑭	紙リレー	○
⑥	風車ルーレット		⑮	昆布を長く噛む競争	
⑦	むくむくおぼけ	○	⑯	果物の種飛ばし	
⑧	紙ふぶき絵本		⑰	健口体操	毎日
⑨	くるくるストロー	○			

遊びの実施前

- ✓ 食事中、飲み込んだり、こぼしたりする児がいる。
- ✓ よく噛まない。
- ✓ 食べることに集中できない。

園児の変化

遊びの実施後

- 食べこぼしが少なくなり、食欲増加の姿が見られた。
- 自然と口を使いながら、遊ぶ姿がみられるようになった。

保護者の声・反応

- よく噛んで食べるようになってきた。
- なるべく噛んで食べる様に歯ごたえのある物を入れたり、少し大きめに切ったりしている。

保育士の変化

- ◆ 友達の姿を真似て挑戦したり、楽しみながら遊びに取り組んだ。
- ◆ 短時間でも、毎日同じ時間に実施することが大事。
- ◆ 子ども達の現状把握ができ、課題が見つかった。
- ◆ 今後も口の機能を良くするために継続していきたい。

鳥取県健口食育プロジェクト事業
「健口キッズ支援コース」たより



松保保育園



ストローあそびいろいろ

ストロー射的やさん



ストローの
羽根がくるく
るまわるよ

ストロー魚つり



おとととと

くるくるストロー



先についたうさぎ
を飛ばすよ!

くるくるうさぎ



むくむくおぼけ



ぶくぶくうがい



八頭町立八東保育所の取組状況

保育所の概要

所在地：八頭郡八頭町

園児数：定員 60名

対象園児：3～5歳児 25名

八頭町の概要

人口規模：18,768人(平成24年12月1日現在)

保育所数：12か所(公立12)

実施状況

(1)実施期間 平成22年11月1日～平成23年1月28日

(2)実施した遊び

	遊び名	実施		遊び名	実施
①	ペロペロ遊び		⑩	くるくるうさぎ	○
②	あっちむいてホイ舌編	○	⑪	ストロー射的やさん	○
③	舌リレー	○	⑫	すごろくボトル	
④	顔じゃんけん	○	⑬	ストローの魚つり	○
⑤	しゃぼん玉	○	⑭	紙リレー	
⑥	風車ルーレット		⑮	昆布を長く噛む競争	
⑦	むくむくおぼけ	○	⑯	果物の種飛ばし	○
⑧	紙ふぶき絵本	○	⑰	健口体操	毎日
⑨	くるくるストロー	○			

遊びの実施前

- ✓ 食べ終わるのに時間がかかる。
- ✓ お茶での流し込みが多かった。
- ✓ 食べこぼしが多い。
- ✓ 口を開けて、ぺちゃぺちゃ音をたてて食べている。
- ✓ 発音が不明瞭。

園児の変化

遊びの実施後

- 食べる姿勢がよくなり、食べこぼしの量が減った。
- よく噛んで食べたり、早食いが少なくなった。
- 息の調整が以前より上手くなった。
- 表情が豊かになった。

保護者の声・反応

- 好き嫌いが多かったが、少しずついろいろなものが食べられるようになった。
- 噛み合わせの事など意識していなかったが、話を聞いてよく分かった。

保育士の変化

- ◆ 口の動きや舌の動かし方等、園児達の成長がよく把握できた。
- ◆ 園児達は、友達の刺激を受けて自分もしてみたいという思いが持て、友達が認めてくれることで自信に繋がり、集団のメリットもあった。

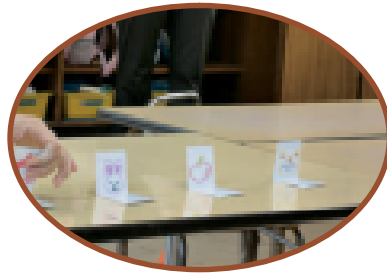
鳥取県健口食育プロジェクト事業
「健口キッズ支援コース」たより



ストロー射的やさん



ストローの角度はこれでよし！
息は短く強くだ！！



むくむくおぼけ



くるくるストロー



鳥取市立浜村保育園の取組状況

保育所の概要

所在地：鳥取市気高町

園児数：定員 190名

対象園児：4歳児 41名

鳥取市の概要

人口規模：195,417人(平成24年10月31日現在)

保育所数：47か所
(公立 30、公設民営 2、私立 15)

実施状況

(1)実施期間 平成23年10月1日 ~ 平成24年1月31日

(2)実施した遊び

	遊び名	実施		遊び名	実施
①	ペロペロ遊び	○	⑩	くるくるうさぎ	○
②	あっちむいてホイ舌編	○	⑪	ストロー射的やさん	
③	舌リレー	○	⑫	すごろくボトル	
④	顔じゃんけん	○	⑬	ストローの魚つり	○
⑤	しゃぼん玉	○	⑭	紙リレー	
⑥	風車ルーレット		⑮	昆布を長く噛む競争	
⑦	むくむくおぼけ	○	⑯	果物の種飛ばし	
⑧	紙ふぶき絵本		⑰	健口体操	毎日
⑨	くるくるストロー	○			

遊びの実施前

- ✓ よく噛まずに食べる児や時間のかかる児が多い。
- ✓ 口が開いたままになっている。
- ✓ か行、さ行の発音がしにくい。

園児の変化

遊びの実施後

- 舌の動きが活発になり、伸びたりする児が増えた。
- よく噛む児が増えた。
- 噛む事や口を閉じる事など、声かけをすることで意識する姿はあった。

保護者の声・反応

- 作成したおもちゃで家からも遊ぶ姿があった。
- 家でも健口体操をやっている。
- がんばってよく噛んで食べるようになった。
- 口の中に食べ物を溜めることが減った。
- 姿勢よく食べるようになった。

保育士の変化

- ◆ 口腔機能に対する意識や見方が変わった。
- ◆ どういった動きを意識させればよいのか気づくことができ、声かけの仕方が変わった。
- ◆ 園児一人ひとりに目を向けることができ、どこをポイントにみればよいかわかった。

平成23年度

健口食育プロジェクト事業

福取県東部総合事務所福祉保健局

平成24年3月発行

「健口キッズ支援コース」たより



坂村保育園



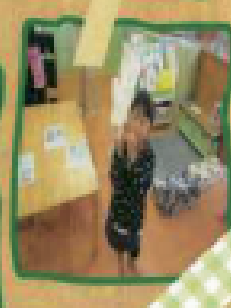
健口体操



かくかくおぼえ



ストローの魚つり

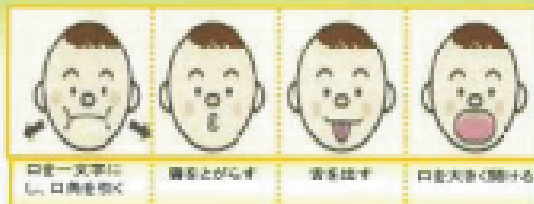


健口体操



お口を使う遊びの勉強

顔のいろんなところを動かします



口を一字にし、口角を動かす / 唇をとがらす / 舌を出す / 口を大きく開ける

顔のいろんなところを動かしますので、表情が豊かになります。食べる時には、舌を開ける動作が鍛えられることで、食べこぼしを防ぎ、舌の動きがスムーズになることは、上手な飲み込みにもつながります。

紙じゃんけん



ストローの魚つり



ストロー遊びで舌を開ける筋肉が鍛えられます



強く、固うがで舌、舌の強さの調整ができるようになります。

口を開いて噛むことができるようになります。

舌を使って発音する言葉が上手になります。(パ・バ・マ)

若桜町立若桜保育所の取組状況

保育所の概要

所在地：八頭郡若桜町

園児数：定員 60名

対象園児：4歳児 9名

若桜町の概要

人口規模：3,836人(平成24年6月1日現在)

保育所数：1か所(公立1)

実施状況

(1)実施期間 平成23年10月11日～平成24年1月27日

(2)実施した遊び

	遊び名	実施		遊び名	実施
①	ペロペロ遊び	○	⑩	くるくるうさぎ	○
②	あっちむいてホイ舌編		⑪	ストロー射的やさん	○
③	舌リレー		⑫	すごろくボトル	○
④	顔じゃんけん	○	⑬	ストローの魚つり	○
⑤	しゃぼん玉	○	⑭	紙リレー	
⑥	風車ルーレット		⑮	昆布を長く噛む競争	○
⑦	むくむくおぼけ	○	⑯	果物の種飛ばし	
⑧	紙ふぶき絵本	○	⑰	健口体操	毎日
⑨	くるくるストロー	○			

遊びの実施前

- ✓ 食べる早さ、食べこぼしに個人差があった。
- ✓ 舌の動きがあまりよくない。
- ✓ 口をぽかーんと開けている。

園児の変化

遊びの実施後

- よく噛むことに関心を持ち始めた。
- 舌の動きがよくなった。
- 舌の使い方や息の調節が上手くなった。

保護者の声・反応

- 姿勢よく食べるようになった。
- 口の中を注意して見ることでむし歯に気づけた。
- 硬いものを食べると歯や口が健康になるということを子ども自身が意識するようになった。
- あまり噛まずに食べていたが、噛めるようになってきた。

保育士の変化

- ◆ 園児1人ひとりの状態に目を向けることができた。
- ◆ どこをポイントに見ればいいのかわかった。
- ◆ 園児達は、舌を回すのがスムーズになり、口や舌の動きが大きく滑らかになった。
- ◆ 遊びは子ども達も楽しめて盛り上がるが多かった。

平成23年度

健口食育プロジェクト事業

「健口キッズ支援コース」 たより

鳥取県東部総合事務所福祉保健局
平成24年3月発行



健口体操



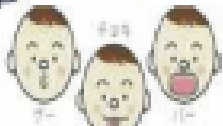
お口を使う遊びの勉強

顔のいろんなところを動かします

口を上手にし、口角を引く	唇をよがらす	舌を出す	口を大きく開ける

顔のいろんなところを動かすので、表情が豊かになります。食べる時には、唇を開ける筋肉が鍛えられることで、食べこぼしを防ぎ、舌の動きがスムーズになることは、上手な飲み込みにもつながります。

しゃべん玉



ストロー節約のしん



ストロー遊びで唇を開ける筋肉が鍛えられます

--	--	--	--

吸く、吸うができ、唇の強さの調整ができるようになります。口を開けて噛むことができるようになります。唇を使って発音する言葉が上手にでます。(パ・パ・マ行)

