



やってみようよ！

おうちde食育ビンゴ③

1. 好き嫌いなく
野菜をしっかりと食
べている！



2. 田んぼや畑で
お米や野菜を収穫
したことがある！



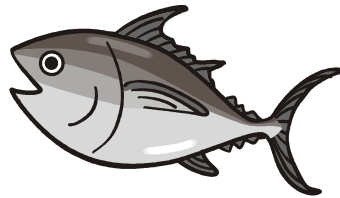
3. 好き嫌いなく
牛乳やチーズ、
ヨーグルトを
食べている！



4. おうちで料理
やお手伝いをした
ことがある！



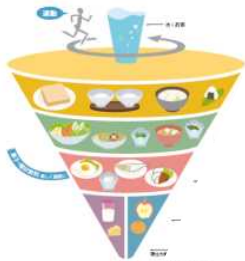
5. 好き嫌いなく
サカナをしっかりと食
べている！



6. 毎日朝ごはん
をしっかりと食べて
いる！



7. 朝・昼・夕と
1日3回きちんと
食事をしている！



8. 1日1回以上
家族と食事をして
いる！



9. おうちで食事
の準備や後片付け
をしている！



○ルール

- ①ふたり以上で問題を出し合ってあそんでください。
- ②1～9の問題を読んで、自分の食生活ができていたら、イラストに○をつけてください。
- ③小さな子供たちは、家族とお話しをしながら○をつけてもOKです！
- ④タテ・ヨコ・ナナメどれかが、つながったら大きな声で「ビンゴ！」といってください！
その前に、ビンゴにあとひとつになったら「リーチ！」もわすれないでね！