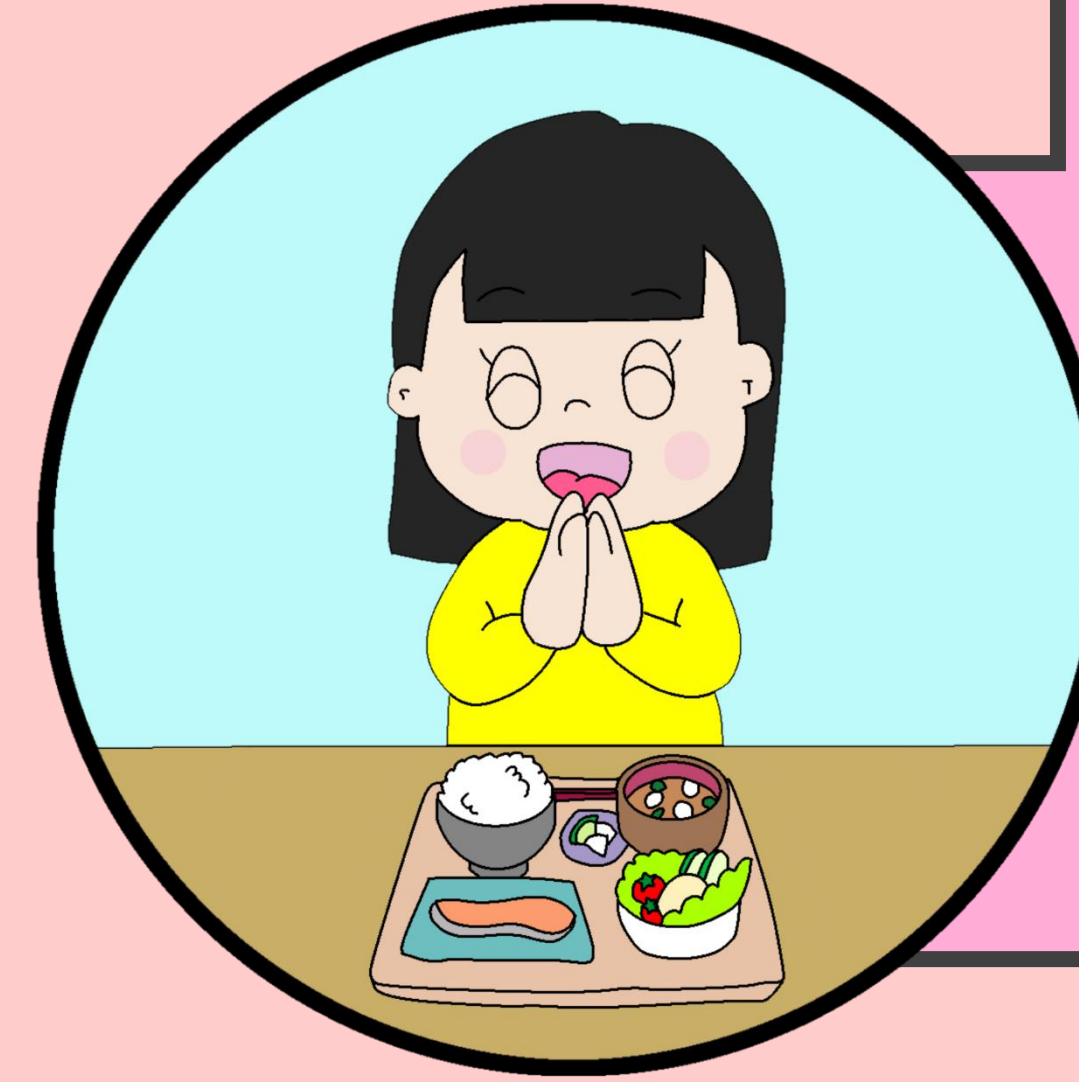


ルール
 スタートからゴールを目指そう！
 サイコロをふって出た目のかざだけ
 コマを進めるよ。
 クイズの答えは次のマスにあるよ。
 見つけてみよう！
 さあサイコロをふろう！

スタート



2 野さいとくだものを
 しっかりとりと
 おなかの調子が
 よくなるよ！
 ①の答え: ①

1 Q.ひなまついで
 食べるおかしは
 どちらかな？
 ① ひなあられ
 ② まんじゅう
 正かいたら1マス進む

3 Q.茨城県で有名な納豆は
 何からできているかな？
 ①あずき ②だいず
 正かいたら1マス進む

4 食べ物に
 ありがとう
 の気持ちをこめて
 「いただきます」
 を言えたかな？
 言えたら1マス進む
 ③の答え: ②

5 Q.牛乳や小魚を食べると、
 体のどこが強くなるかな？
 ① 骨や歯
 ② 目や耳
 正かいたら1マス進む

7 Q.こどもの日に
 食べるのはどっち？
 ① さくらもち ② かしわもち
 正かいたら1マス進む
 ⑥の答え: いちご

6 この果物の名前を
 言ってみよう！
 ⑤の答え: ①

8 Q.ごぼうや大根、里いもなどが
 入った汁に
 太めのそばをつけて食べるよ！
 ○○○○○○に入る言葉を
 言ってみよう！
 「○○○○○○そば」

9 誰かといっしょに
 食べると楽しいね！
 だれと食べたか
 言ってみよう！
 ⑧の答え: つげけんちん

10 たなばた
 おねがいごとを
 言ってみよう

11 夏野菜の名前を
 言ってみよう！
 言えたら1マス進む

12 Q.土用のうしの日には
 夏の暑さに負けないように
 あるものを食べるよ！
 知っているかな？
 正かいたら1マス進む

13 Q.おやつを
 食べる時間は
 どちらがいいかな？
 ① ②
 正かいたら1マス進む
 ⑫の答え: うなぎ

14 Q.おやつ
 の食べ方はどちらが
 いいかな？
 ① おなかいっぱいまで
 食べる
 ② 食べる量を決める
 正かいたら1マス進む
 ⑬の答え: ①



ゴール

29 ご飯を
 作ってくれた人に
 ありがとう
 の気持ちをこめて
 「ごちそうさま」
 を言えたかな？
 言えたらゴール！
 ⑳の答え: そと/うち

25 お正月におもちを
 たくさん食べすぎて
 動けない
 ①回休み

26 Q.茨城県で育った
 「うし」はどっち？
 ① 常陸牛
 ② 松阪牛
 正かいたら
 1マス進む

24 おせちには
 色々なおもちが
 こめられているよ！
 ㉓の答え: メロン

23 Q.この果物の
 名前は何かな？
 正かいたら1マス進む

21 Q.色々な食べ物に
 変身する「大豆」
 はどちらかな？
 ① ②
 正かいたら1マス進む
 ㉔の答え: れんこん

22 お月見
 お月見団子を食べるよ
 ②の答え: ①

20 Q.この野菜の
 名前は何かな。
 正かいたら1マス進む

19 Q.秋はきのこが
 たくさんとれるよ！
 知っている
 きこの名前を言ってみよう！
 言えたら1マス進む

18 ご飯を残さず
 食べたよ

17 早くことばを
 2回言ってみよう！
 ろっこも
 ろっきょ
 食べた

16 秋によくとれる
 果物の名前を
 言ってみよう！
 言えたら1マス進む

15 ご飯のじゅんぴを
 お手伝いしよう！
 できたら1マス進む
 ⑭の答え: ②

食育すごろく

とちぎへん 栃木編

ルール

スタートからゴールを目指そう！
サイコロをふって出た目のかざだけ
コマを進めるよ。
クイズの答えは次のマスにあるよ。
見つけてみよう！
さあサイコロをふろう！

スタート



2 野さいとくだものを
しっかりとりと
おなかの調子が
よくなるよ！

1 Q.ひなまついで
食べるおかしは
どちらかな？

① ひなあられ
② まんじゅう

正しいしたら1マス進む

3 Q.こんにゃくは
何からできているかな？

① こんにゃくいも ② ながいも

正しいしたら1マス進む

7 Q.こどもの日に
食べるのはどっち？

① さくらもち ② かしわもち

正しいしたら1マス進む

4 食べ物に
ありがとう
の気持ちをこめて
「いただきます」
を言えたかな？

言えたら1マス進む

③の答え:①

6 この果物の名前を
言ってみよう！

⑤の答え:①

8 Q.栃木県で有名な鮭の頭と大豆、根菜、
酒かすを煮込んだ料理を何というかな？

〇〇〇に入る言葉を言ってみよう！

「しも〇〇〇」

⑦の答え:②

12 Q.土用のうしの日には
夏の暑さに負けないように
あるものを食べるよ！
知っているかな？

正しいしたら1マス進む

11 夏野菜の名前を
言ってみよう！

言えたら1マス進む

13 Q.おやつを
食べる時間は
どちらがいいかな？

① ②

正しいしたら1マス進む

⑫の答え:うなぎ

5 Q.牛乳や小魚を食べると、
体のどこが強くなるかな？

① 骨や歯 ② 目や耳

正しいしたら1マス進む

9 誰かといっしょに
食べると楽しいね！
だれと食べたか
言ってみよう！

⑧の答え:つかれ

10 たなばた
おねがいごとを
言ってみよう

14 Q.おやつ
の食べ方はどちらが
いいかな？

① おなかいっぱいまで
食べる
② 食べる量を決める

正しいしたら1マス進む

⑬の答え:①

ゴール



29 ご飯を
作ってくれた人に
ありがとう
の気持ちをこめて
「ごちそうさま」
を言えたかな？

言えたらゴール！

⑭の答え:そと/うち

28 Q.節分には豆まきをするよ！
〇〇に何が入るかな？

おには〇〇、
ふくは〇〇

正しいしたら1マス進む

25 お正月におもちを
たくさん食べすぎて
動けない

かいやす
1回休み

24 Q.栃木県で育った
「うし」はどっち？

① 松阪牛 ② とちぎ和牛

⑮の答え:①⑤おとめ

26 Q.栃木県で育った
「うし」はどっち？

① 松阪牛 ② とちぎ和牛

正しいしたら1マス進む

23 Q.栃木県で
よくとれるいちごの
種類はなにかな？

〇〇に入る言葉を
言ってみよう！

「〇〇おとめ」

正しいしたら1マス進む

21 Q.色んな食べ物に
変身する「大豆」
はどちらかな？

① ②

正しいしたら1マス進む

⑯の答え:かんぴょう

22 お月見
お月見団子を食べるよ

⑰の答え:①

20 Q.この野菜の
名前は何かかな。

⑱の答え:かんぴょう

19 Q.秋はきのこが
たくさんとれるよ！
知っている
きのこの名前を言ってみよう！

言えたら1マス進む

16 秋によくとれる
果物の名前を
言ってみよう！

言えたら1マス進む

18 ご飯を残さず
食べたよ

15 ご飯のじゅんぴを
お手伝いしよう！

できたら1マス進む

⑭の答え:②

17 早口ことばを
2回言ってみよう！

らっこも
らっきょ
食べた

27 冬によくとれる野菜の
名前を言ってみよう！

言えたら1マス進む

⑮の答え:②

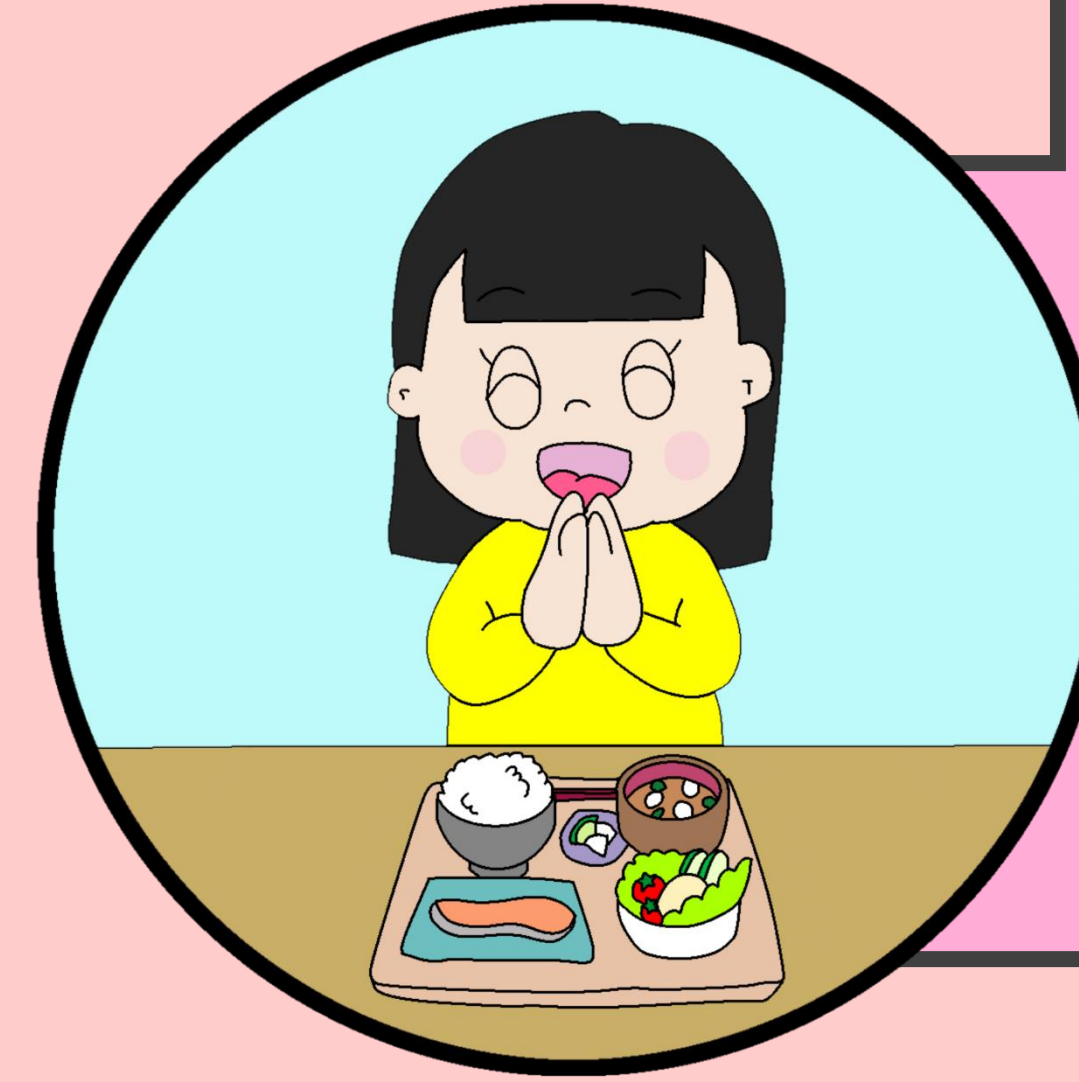


楽しく 食育すごろく 群馬編

ルール

スタートからゴールを目指そう！
サイコロをふって出た目のかざだけ
コマを進めるよ。
クイズの答えは次のマスにあるよ。
見つけてみよう！
さあサイコロをふろう！

スタート



2 野さいとくだものを
しっかりとりと
おなかの調子が
よくなるよ！

1 Q.ひなまついで
食べるおかしは
どちらかな？

① ひなあられ
② まんじゅう

正しいしたら1マス進む

3 Q.群馬県でよくとれる
魚はどっち？

① あゆ ② なまず

正しいしたら1マス進む

7 Q.こどもの日に
食べるのはどっち？

① さくらもち ② かしわもち

正しいしたら1マス進む

4 食べ物に
ありがとう
の気持ちをこめて
「いただきます」
を言えたかな？

言えたら1マス進む

③の答え:②

6 この果物の名前を
言ってみよう！

⑤の答え:①

8 Q.群馬県の有名料理！
幅が広くて平たいうどんだよ！
〇〇〇〇に入る言葉を言ってみよう！

「〇〇〇〇うどん」

正しいしたら1マス進む

⑦の答え:②

12 Q.土用のうしの日には
夏の暑さに負けないように
あるものを食べるよ！
知っているかな？

正しいしたら1マス進む

11 夏野菜の名前を
言ってみよう！

言えたら1マス進む

13 Q.おやつを
食べる時間は
どちらがいいかな？

① ②

正しいしたら1マス進む

⑩の答え:うなぎ

5 Q.牛乳や小魚を食べると、
体のどこが強くなるかな？

① 骨や歯 ② 目や耳

正しいしたら1マス進む

9 誰かといっしょに
食べると楽しいね！
だれと食べたか
言ってみよう！

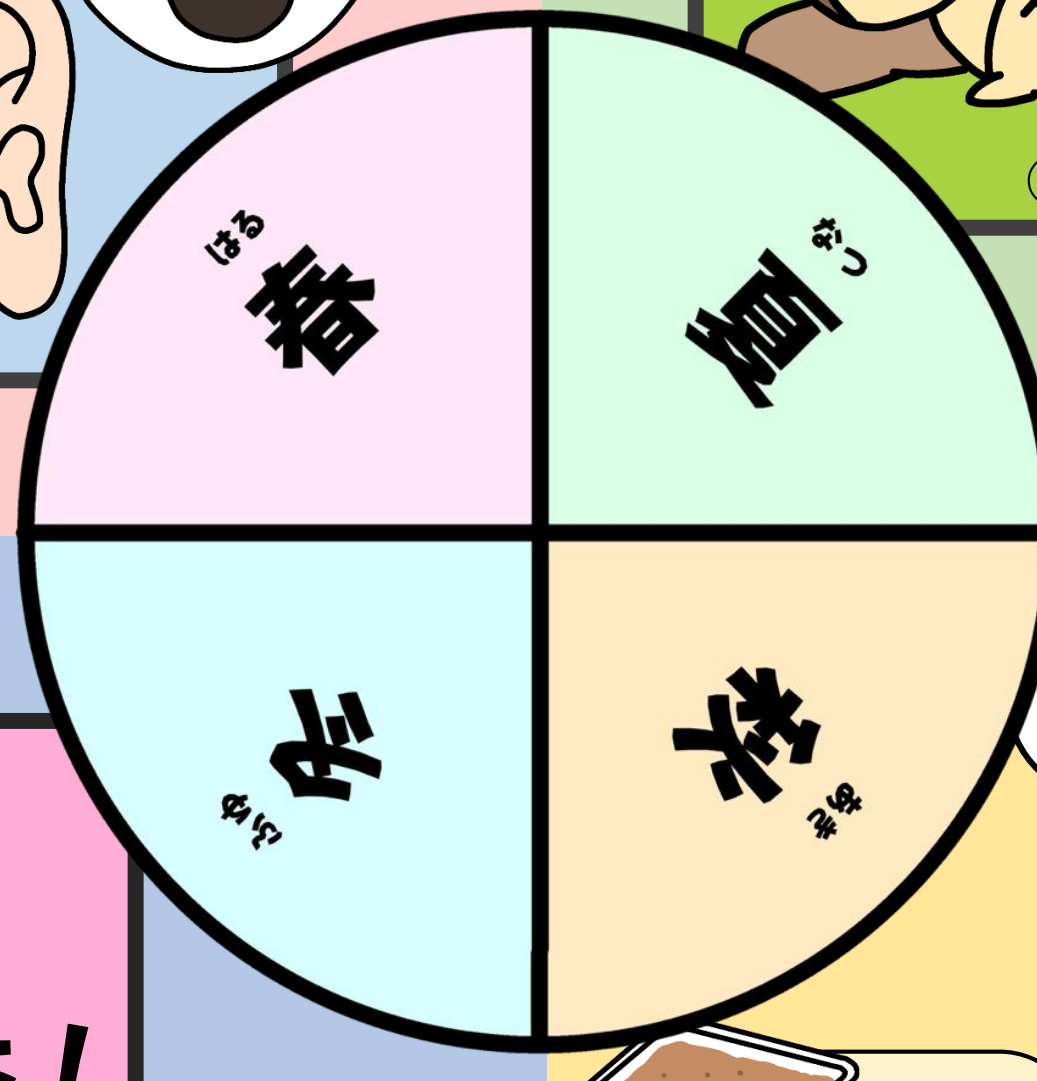
⑧の答え:①も②か③うどん

14 Q.おやつ
の食べ方はどちらが
いいかな？

① おなかいっぱいまで
食べる
② 食べる量を決める

正しいしたら1マス進む

⑬の答え:①



ゴール

29 ご飯を
作ってくれた人に
ありがとう
の気持ちをこめて
「ごちそうさま」
を言えたかな？

言えたらゴール！

⑭の答え:そと/うち

25 お正月におもちを
たくさん食べすぎて
動けない

ゴールまで
あとちょっと！

26 Q.群馬県で育った
「うし」はどっち？

① 上州牛 ② 飛騨牛

正しいしたら1マス進む

24 おせちには
色んなおもいが
こめられているよ！

③の答え:ブルーベリー

23 Q.この果物の
名前は何か？

正しいしたら1マス進む

21 Q.色んな食べ物に
変身する「大豆」
はどちらかな？

① ②

正しいしたら1マス進む

⑮の答え:もろへいや

20 Q.この野菜の
名前は何か？

きるとねばねば
するよ！

正しいしたら1マス進む

19 Q.秋はきのこが
たくさんとれるよ！

知っている
きのこの名前を言ってみよう！

言えたら1マス進む

16 秋によくとれる
果物の名前を
言ってみよう！

言えたら1マス進む

15 ご飯のじゅんぴを
お手伝いしよう！

できたら1マス進む

⑭の答え:②

17 早口ことばを
2回言ってみよう！

らっこも
らっきょ
食べた

28 Q.節分には豆まきをするよ！
〇〇に何が入るかな？

おには〇〇、
ふくは〇〇

正しいしたら1マス進む

27 冬によくとれる野菜の
名前を言ってみよう！

言えたら1マス進む

⑯の答え:①

22 Q.お月見
お月見団子を食べるよ

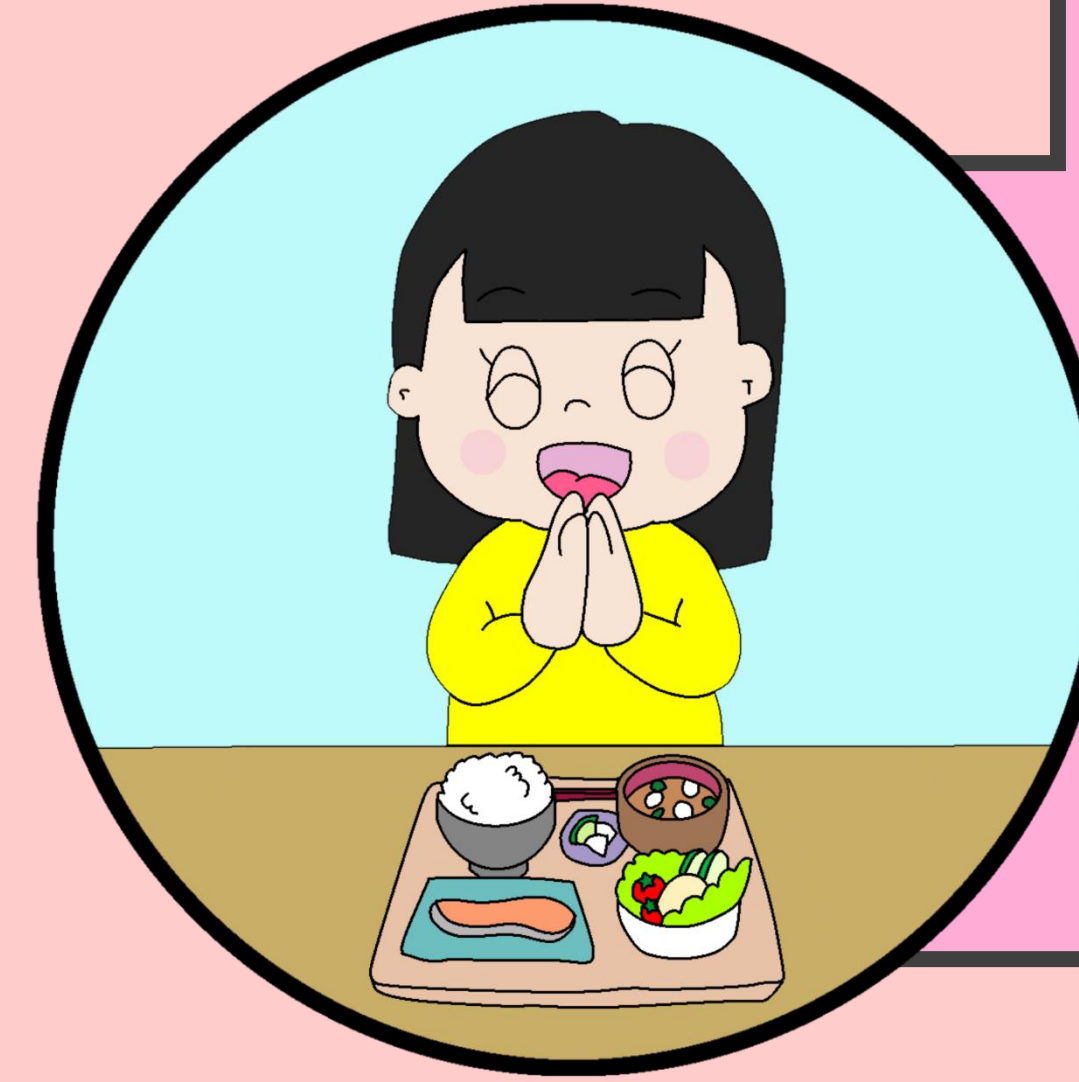
正しいしたら1マス進む

⑰の答え:①

18 ご飯を残さず
食べたよ

ルール
スタートからゴールを目指そう！
サイコロをふって出た目のかざだけ
コマを進めるよ。
クイズの答えは次のマスにあるよ。
見つけてみよう！
さあサイコロをふろう！

スタート



2 野さいとくだものを
しっかりとりと
おなかの調子が
よくなるよ！

1 ①の答え: ①

1 Q.ひなまついで
食べるおかしは
どちらかな？

① ひなあられ
② まんじゅう

正しいしたら1マス進む

3 Q.埼玉県でよくとれる
魚はどっち？

① あゆ ② なまず

正しいしたら1マス進む

4 食べ物に
ありがとう
の気持ちをこめて
「いただきます」
を言えたかな？

言えたら1マス進む
③の答え: ②

5 Q.牛乳や小魚を食べると、
体のどこが強くなるかな？

① 骨や歯
② 目や耳

正しいしたら1マス進む

7 Q.こどもの日に
食べるのはどっち？

① さくらもち ② かしわもち

正しいしたら1マス進む
⑥の答え: いちご

6 この果物の名前を
言ってみよう！

⑤の答え: ①

8 Q.おからを使ったコロッケーだよ！
名前は何か？
〇〇〇に入る言葉を言ってみよう！

「〇〇〇フライ」

正しいしたら1マス進む
⑦の答え: ②

9 誰かといっしょに
食べると楽しいね！
だれと食べたか
言ってみよう！

⑧の答え: ㊦㊱㊲フライ

12 Q.土用のうしの日には
夏の暑さに負けないように
あるものを食べるよ！
知っているかな？

正しいしたら1マス進む

11 夏野菜の名前を
言ってみよう！

言えたら1マス進む

13 Q.おやつを
食べる時間は
どちらがいいかな？

① ②

正しいしたら1マス進む
⑩の答え: うなぎ

14 Q.おやつ
の食べ方はどちらが
いいかな？

① おなかいっぱいまで
食べる
② 食べる量を決める

正しいしたら1マス進む
⑬の答え: ①



ゴール

29 ご飯を
作ってくれた人に
ありがとう
の気持ちをこめて
「ごちそうさま」
を言えたかな？

言えたらゴール！
⑳の答え: そと/うち

25 お正月におもちを
たくさん食べすぎて
動けない

かいやす
1回休み

26 Q.埼玉県で育った
「うし」はどっち？

① 松阪牛
② 武州和牛

正しいしたら
1マス進む

24 おせちには
色んなおもいが
こめられているよ！

㉑の答え: かぼす

23 Q.この果物の
名前は何か？

正しいしたら1マス進む

21 Q.色んな食べ物に
変身する「大豆」
はどちらかな？

① ②

正しいしたら1マス進む
㉒の答え: ②

22 お月見
お月見団子を食べるよ

㉓の答え: ①

20 Q.みそポテトで
使ういもは
どっちかな？

① さつまいも
② ジャガイモ

正しいしたら1マス進む

19 Q.秋はきのこが
たくさんとれるよ！

18 知っている
きのこの名前を言ってみよう！

言えたら1マス進む

16 秋によくとれる
果物の名前を
言ってみよう！

言えたら1マス進む

17 早口ことばを
2回言ってみよう！

らっこも
らっきょ
食べた

15 ご飯のじゅんぴを
お手伝いしよう！

できたら1マス進む
⑭の答え: ②

18 ご飯を残さず
食べたよ

楽しく 食育すごろく

ちばへん 千葉編

ルール

スタートからゴールを目指そう！
サイコロをふって出た目のかざだけ
コマを進めるよ。
クイズの答えは次のマスにあるよ。
見つけてみよう！
さあサイコロをふろう！

スタート



2 野さいとくだものを
しっかりとりと
おなかの調子が
よくなるよ！

①の答え: ①

1 Q.ひなまついで
食べるおかしは
どちらかな？

① ひなあられ
② まんじゅう

正しいしたら1マス進む

3 Q.千葉県でよくとれる
魚はどっち？

① きんめだい ② さけ

正しいしたら1マス進む

4 食べ物に
ありがとう
の気持ちをこめて
「いただきます」
を言えたかな？

言えたら1マス進む
③の答え: ②

5 Q.牛乳や小魚を食べると、
体のどこが強くなるかな？

① 骨や歯
② 目や耳

正しいしたら1マス進む

7 Q.こどもの日に
食べるのはどっち？

① さくらもち ② かしわもち

正しいしたら1マス進む
⑥の答え: いちご

6 この果物の名前を
言ってみよう！

⑤の答え: ①

8 Q.あじ、ねぎ、しょうが、しそなどを
包丁で細かく叩いて作るよ！
〇〇〇〇に入る言葉を言ってみよう！

「〇〇〇〇」

正しいしたら1マス進む
⑦の答え: ②

9 誰かといっしょに
食べると楽しいね！
だれと食べたか
言ってみよう！

⑧の答え: なめろ

12 Q.土用のうしの日には
夏の暑さに負けないように
あるものを食べるよ！
知っているかな？

正しいしたら1マス進む

11 夏野菜の名前を
言ってみよう！

言えたら1マス進む

13 Q.おやつを
食べる時間は
どちらがいいかな？

① ②

正しいしたら1マス進む
⑫の答え: うなぎ

14 Q.おやつ
の食べ方はどちらが
いいかな？

① おなかいっぱいまで
食べる
② 食べる量を決める

正しいしたら1マス進む
⑬の答え: ①



ゴール

29 ご飯を
作ってくれた人に
ありがとう
の気持ちをこめて
「ごちそうさま」
を言えたかな？

言えたらゴール！
⑳の答え: そと/うち

28 Q.節分には豆まきをするよ！
〇〇に何が入るかな？

おには〇〇、
ふくは〇〇

正しいしたら1マス進む

25 お正月におもちを
たくさん食べすぎて
動けない

かいやす
1回休み

26 Q.千葉県で育った
「ぶた」はどっち？

① 三河ポーク
② 房総ポーク

正しいしたら1マス進む

27 冬によくとれる野菜の
名前を言ってみよう！

言えたら1マス進む
㉑の答え: ②

24 おせちには
色んなおもいが
こめられているよ！

㉒の答え: びわ

23 Q.この果物の
名前は何か？

正しいしたら1マス進む

22 お月見
お月見団子を食べるよ

㉓の答え: ①

20 Q.千葉県で
よくとれる豆は
何かな？
ピーナッツとも
よばれるよ！

正しいしたら1マス進む

19 Q.秋はきのこが
たくさんとれるよ！

知っている
きのこの名前を言ってみよう！

言えたら1マス進む

18 ご飯を残さず
食べたよ

21 Q.色んな食べ物に
変身する「大豆」
はどちらかな？

① ②

正しいしたら1マス進む
㉔の答え: りんご

17 早口ことばを
2回言ってみよう！

らっこも
らっきょ
食べた

16 秋によくとれる
果物の名前を
言ってみよう！

言えたら1マス進む

15 ご飯のじゅんぴを
お手伝いしよう！

できたら1マス進む
㉕の答え: ②

14 秋によくとれる
果物の名前を
言ってみよう！

言えたら1マス進む

13 Q.おやつを
食べる時間は
どちらがいいかな？

① ②

正しいしたら1マス進む
⑫の答え: うなぎ

12 Q.土用のうしの日には
夏の暑さに負けないように
あるものを食べるよ！
知っているかな？

正しいしたら1マス進む

11 夏野菜の名前を
言ってみよう！

言えたら1マス進む

10 たなばた
おねがいごとを
言ってみよう

⑧の答え: なめろ

食育すごろく

とうきょうへん 東京編

ルール

スタートからゴールを目指そう！
サイコロをふって出た目のかずだけ
コマを進めるよ。
クイズの答えは次のマスにあるよ。
見つけてみよう！
さあサイコロをふろう！

スタート



2 野さいとくだものを
しっかりとりと
おなかの調子が
よくなるよ！

1 Q.ひなまついで
食べるおかしは
どちらかな？

① ひなあられ
② まんじゅう

正しいしたら1マス進む

3 Q.東京都でよくとれる
魚はどっち？

① かつお ② さけ

正しいしたら1マス進む

4 食べ物に
ありがとう
の気持ちをこめて
「いただきます」
を言えたかな？

言えたら1マス進む
③の答え:①

7 Q.こどもの日に
食べるのはどっち？

① さくらもち ② かしわもち

正しいしたら1マス進む
⑥の答え:いちご

6 この果物の名前を
言ってみよう！

言えたら1マス進む
⑤の答え:①

8 Q.水で溶いた小麦粉に具材を混ぜて焼くよ！
小さなへうで熱々を食べる料理！
〇〇〇に入る言葉を言ってみよう！

「〇〇〇焼き」

7の答え:②

9 誰かといっしょに
食べると楽しいね！
だれと食べたか
言ってみよう！

8の答え:④⑤⑥⑦⑧

12 Q.土用のうしの日には
夏の暑さに負けないように
あるものを食べるよ！
知っているかな？

11 夏野菜の名前を
言ってみよう！

言えたら1マス進む

13 Q.おやつを
食べる時間は
どちらがいいかな？

① ②

正しいしたら1マス進む
⑫の答え:うなぎ

14 Q.おやつ
の食べ方はどちらが
いいかな？

① おなかいっぱいまで
食べる
② 食べる量を決める

正しいしたら1マス進む
⑬の答え:①

29 ご飯を
作ってくれた人に
ありがとう
の気持ちをこめて
「ごちそうさま」
を言えたかな？

言えたらゴール！
⑮の答え:そと/うち

28 Q.節分には豆まきをするよ！
〇〇に何が入るかな？

おには〇〇、
ふくは〇〇

正しいしたら1マス進む

25 お正月におもちを
たくさん食べすぎて
動けない

かいやす
1回休み

26 Q.東京都で育った
「にわとり」はどっち？

① 名古屋コーチン
② 東京しゃも

正しいしたら
1マス進む

27 冬によくとれる野菜の
名前を言ってみよう！

言えたら1マス進む
⑮の答え:②

24 おせちには
色んなおもいが
こめられているよ！

⑮の答え:ブルーベリー

23 Q.この果物の
名前は何か？

正しいしたら1マス進む

21 Q.色んな食べ物に
変身する「大豆」
はどちらかな？

① ②

正しいしたら1マス進む
⑳の答え:①

20 Q.東京都で有名な
べったら漬けは
何の野菜で
できているかな？

① だいこん
② かぶ

正しいしたら1マス進む

19 Q.秋はきのこが
たくさんとれるよ！

知っている
きのこの名前を言ってみよう！

言えたら1マス進む

22 お月見
お月見団子を食べるよ

⑮の答え:①

15 ご飯のじゅんぴを
お手伝いしよう！

できたら1マス進む
⑭の答え:②

16 秋によくとれる
果物の名前を
言ってみよう！

言えたら1マス進む

17 早口ことばを
2回言ってみよう！

らっこも
らっきょ
食べた

18 ご飯を残さず
食べたよ



食育すごろく かながわ編 神奈川編

ルール

スタートからゴールを目指そう！
サイコロをふって出た目のかざだけ
コマを進めるよ。
クイズの答えは次のマスにあるよ。
見つけてみよう！
さあサイコロをふろう！

スタート



2 野さいとくだものを
しっかりとりと
おなかの調子が
よくなるよ！

1 Q.ひなまついで
食べるおかしは
どちらかな？

① ひなあられ
② まんじゅう

正しいしたら1マス進む

3 Q.神奈川県でよくとれる
魚はどっち？

① かわい
② あかいか

正しいしたら1マス進む

7 Q.こどもの日に
食べるのはどっち？

① さくらもち
② かしわもち

正しいしたら1マス進む

8 Q.白身魚をすいづぶして、板に乗せて蒸す
ピンク色や白色の食べ物だよ！
〇〇〇〇に入る言葉を言ってみよう！

「〇〇〇〇」

正しいしたら1マス進む

12 Q.土用のうしの日には
夏の暑さに負けないように
あるものを食べるよ！
知っているかな？

正しいしたら1マス進む

4 食べ物に
ありがとう
の気持ちをこめて
「いただきます」
を言えたかな？

言えたら1マス進む

6 この果物の名前を
言ってみよう！

⑤の答え：いちご

言えたら1マス進む

9 誰かといっしょに
食べると楽しいね！
だれと食べたか
言ってみよう！

⑦の答え：②

11 夏野菜の名前を
言ってみよう！

言えたら1マス進む

13 Q.おやつを
食べる時間は
どちらがいいかな？

①
②

正しいしたら1マス進む

⑫の答え：うなぎ

5 Q.牛乳や小魚を食べると、
体のどこが強くなるかな？

① 骨や歯
② 目や耳

正しいしたら1マス進む

10 たなばた
おねがいごとを
言ってみよう

⑧の答え：かまぼこ

14 Q.おやつ
の食べ方はどちらが
いいかな？

① おなかいっぱいまで
食べる
② 食べる量を決める

正しいしたら1マス進む

⑬の答え：①

ゴール



29 ご飯を
作ってくれた人に
ありがとう
の気持ちをこめて
「ごちそうさま」
を言えたかな？

言えたらゴール！

⑭の答え：そと/うち

25 お正月におもちを
たくさん食べすぎて
動けない

かいやす
1回休み

24 おせちには
色んなおもいが
こめられているよ！

⑮の答え：なし

21 Q.色んな食べ物に
変身する「大豆」
はどちらかな？

①
②

正しいしたら1マス進む

⑯の答え：エシヤ①②③④

20 Q.この野菜の
名前は何か
分かるな？

「エシヤ〇〇〇」

正しいしたら1マス進む

15 ご飯のじゅんぴを
お手伝いしよう！

できたら1マス進む

⑭の答え：②

28 Q.節分には豆まきをするよ！
〇〇に何が入るかな？

おには〇〇、
ふくは〇〇

正しいしたら1マス進む

26 Q.神奈川県で育った
「ぶた」はどっち？

① 三河ポーク
② やまゆりポーク

正しいしたら1マス進む

23 Q.この果物の
名前は何かかな？

正しいしたら1マス進む

22 お月見
お月見団子を食べるよ

⑰の答え：①

19 Q.秋はきのこが
たくさんとれるよ！

知っている
きのこの名前を言ってみよう！

言えたら1マス進む

17 早口ことばを
2回言ってみよう！

らっこも
らっきょ
食べた

18 ご飯を残さず
食べたよ

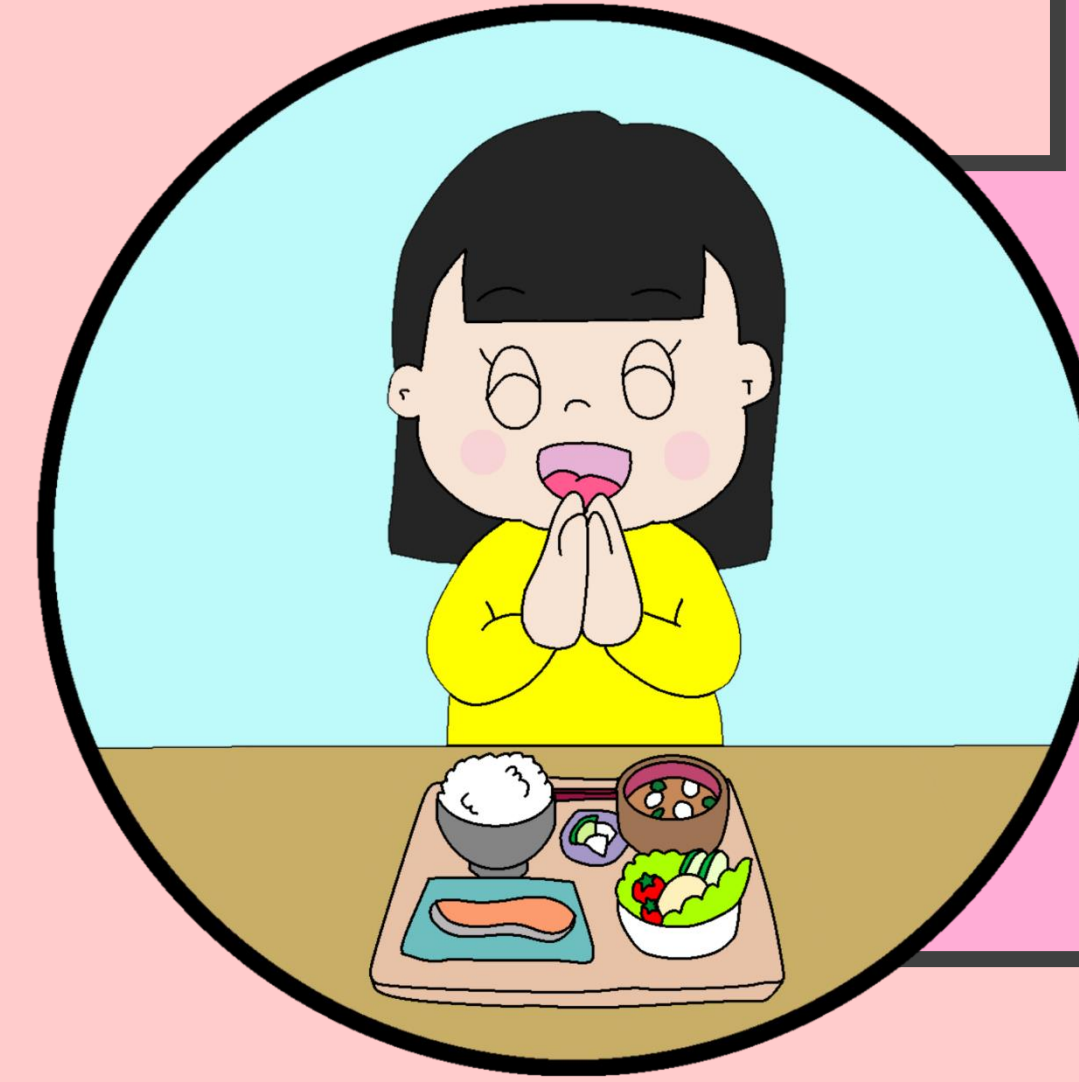


食育すごろく

山梨編

ルール
 スタートからゴールを目指そう！
 サイコロをふって出た目のかざだけ
 コマを進めるよ。
 クイズの答えは次のマスにあるよ。
 見つけてみよう！
 さあサイコロをふろう！

スタート



2 **Q.野さいとくだものを
しっかりとりと
おなかの調子が
よくなるよ！**
 ①の答え:①

3 **Q.山梨県でよくとれる
魚はどっち？**
 ①うなぎ ②にじます
 正かいたら1マス進む

7 **Q.こどもの日に
食べるのはどっち？**
 ①さくらもち ②かしわもち
 正かいたら1マス進む

8 **Q.山梨県の郷土料理
平たいめんといもやきのこ、野菜、お肉を
みそで煮込んだ料理だよ！**
 ○○に入る言葉を言ってみよう！
 「ほう○○」
 正かいたら1マス進む

12 **Q.土用のうしの日には
夏の暑さに負けないように
あるものを食べるよ！
知っているかな？**
 正かいたら1マス進む

1 **Q.ひなまつりで
食べるおかしは
どちらかな？**
 ①ひなあられ ②まんじゅう
 正かいたら1マス進む

4 **食べ物に
ありがとう
の気持ちをこめて
「いただきます」
を言えたかな？**
 言えたら1マス進む

6 **この果物の名前を
言ってみよう！**
 ⑤の答え:①

9 **誰かといっしょに
食べると楽しいね！
だれと食べたか
言ってみよう！**
 正かいたら1マス進む

11 **夏野菜の名前を
言ってみよう！**
 言えたら1マス進む

13 **Q.おやつを
食べる時間は
どちらがいいかな？**
 ① ②
 正かいたら1マス進む

5 **Q.牛乳や小魚を食べると、
体のどこが強くなるかな？**
 ①骨や歯 ②目や耳
 正かいたら1マス進む

10 **たなばた
おねがいごとを
言ってみよう**
 ⑧の答え:ほうとう

14 **Q.おやつ
の食べ方はどちらが
いいかな？**
 ①おなかいっぱいまで
食べる ②食べる量を決める
 正かいたら1マス進む

14 **Q.おやつ
の食べ方はどちらが
いいかな？**
 ①おなかいっぱいまで
食べる ②食べる量を決める
 正かいたら1マス進む

29 **ごはんを
作ってくれた人に
ありがとう
の気持ちをこめて
「ごちそうさま」
を言えたかな？**
 言えたらゴール！
 ⑧の答え:そと/うち

25 **お正月におもちを
たくさん食べすぎて
動けない**
 かいやす
1回休み

24 **おせちには
色んなおもいが
こめられているよ！**
 ③の答え:もも

23 **Q.この果物の
名前は何か？**
 正かいたら1マス進む

21 **Q.色んな食べ物に
変身する「大豆」
はどちらかな？**
 ① ②
 正かいたら1マス進む

20 **Q.干し柿を作る
ために使う柿は
どっちかな？**
 ①あま柿 ②しぶ柿
 正かいたら1マス進む

16 **秋によくとれる
果物の名前を
言ってみよう！**
 言えたら1マス進む

15 **ご飯のじゅんぴを
お手伝いしよう！**
 できたら1マス進む

26 **Q.山梨県で育った
「うし」はどっち？**
 ①信州牛 ②甲州牛
 正かいたら1マス進む

27 **冬によくとれる野菜の
名前を言ってみよう！**
 言えたら1マス進む

22 **お月見
お月見団子を食べるよ**
 ②の答え:①

19 **Q.秋はきのこが
たくさんとれるよ！**
 知っている
きのこの名前を言ってみよう！
 言えたら1マス進む

18 **ご飯を残さず
食べたよ**

17 **早口ことばを
2回言ってみよう！**
 ろっこも
ろっきょ
食べた

28 **Q.節分には豆まきをするよ！
○○に何が入るかな？**
 おには○○、
ふくは○○
 正かいたら1マス進む

28 **Q.節分には豆まきをするよ！
○○に何が入るかな？**
 おには○○、
ふくは○○
 正かいたら1マス進む

28 **Q.節分には豆まきをするよ！
○○に何が入るかな？**
 おには○○、
ふくは○○
 正かいたら1マス進む

28 **Q.節分には豆まきをするよ！
○○に何が入るかな？**
 おには○○、
ふくは○○
 正かいたら1マス進む

28 **Q.節分には豆まきをするよ！
○○に何が入るかな？**
 おには○○、
ふくは○○
 正かいたら1マス進む

28 **Q.節分には豆まきをするよ！
○○に何が入るかな？**
 おには○○、
ふくは○○
 正かいたら1マス進む

28 **Q.節分には豆まきをするよ！
○○に何が入るかな？**
 おには○○、
ふくは○○
 正かいたら1マス進む

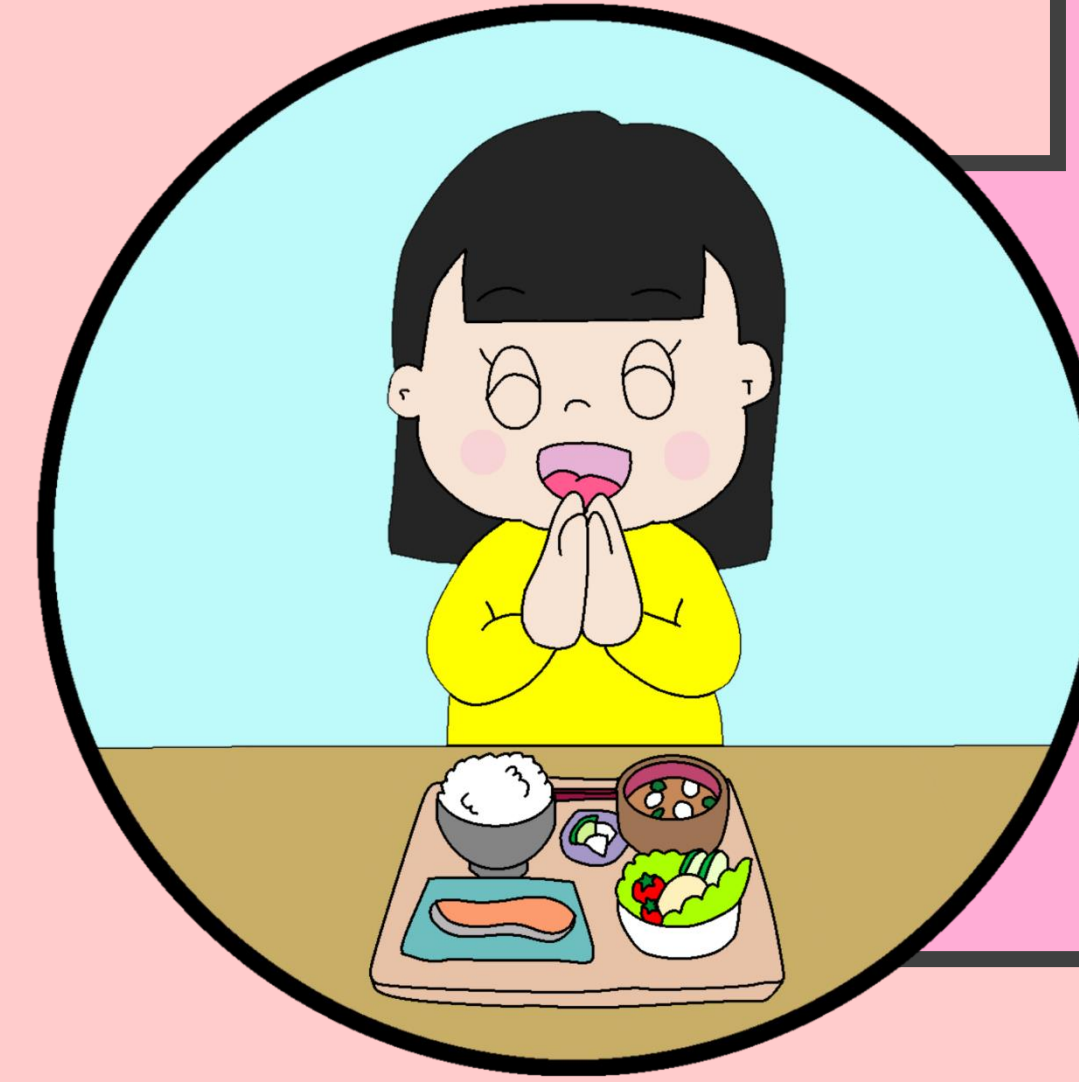
28 **Q.節分には豆まきをするよ！
○○に何が入るかな？**
 おには○○、
ふくは○○
 正かいたら1マス進む

食育すごろく ながの へん 長野編

ルール

スタートからゴールを目指そう！
サイコロをふって出た目のかざだけ
コマを進めるよ。
クイズの答えは次のマスにあるよ。
見つけてみよう！
さあサイコロをふろう！

スタート



2 野さいとくだものを
しっかりとりと
おなかの調子が
よくなるよ！

1 Q.ひなまついで
食べるおかしは
どちらかな？

① ひなあられ
② まんじゅう

正しいしたら1マス進む

3 Q.長野県でたくさん
とれる果物はどっち？

① みかん ② いんご

正しいしたら1マス進む

7 Q.こどもの日に
食べるのはどっち？

① さくらもち ② かしわもち

正しいしたら1マス進む

8 Q.長野県の郷土料理 長野県で作られた
そば粉を使い、白っぽいそばが多いよ！
〇〇に入る言葉を言ってみよう！

「しんしゅう〇〇」

正しいしたら1マス進む

12 Q.土用のうしの日には
夏の暑さに負けないように
あるものを食べるよ！
知っているかな？

正しいしたら1マス進む

4 食べ物に
ありがとう
の気持ちをこめて
「いただきます」
を言えたかな？

言えたら1マス進む

③の答え:②

6 この果物の名前を
言ってみよう！

⑤の答え:①

9 誰かといっしょに
食べると楽しいね！
だれと食べたか
言ってみよう！

⑧の答え:しんしゅう(そば)

11 夏野菜の名前を
言ってみよう！

言えたら1マス進む

13 Q.おやつを
食べる時間は
どちらがいいかな？

① ②

正しいしたら1マス進む

⑫の答え:うなぎ

5 Q.牛乳や小魚を食べると、
体のどこが強くなるかな？

① 骨や歯
② 目や耳

正しいしたら1マス進む

10 たなばた
おねがいごとを
言ってみよう

⑧の答え:しんしゅう(そば)

14 Q.おやつ
の食べ方はどちらが
いいかな？

① おなかいっぱいまで
食べる
② 食べる量を決める

正しいしたら1マス進む

⑬の答え:①

29 ご飯を
作ってくれた人に
ありがとう
の気持ちをこめて
「ごちそうさま」
を言えたかな？

言えたらゴール！

⑭の答え:そと/うち

25 お正月におもちを
たくさん食べすぎて
動けない

ゴールまで
あとちょっと！

かいやす
1回休み

24 おせちには
色んなおもいが
こめられているよ！

③の答え:①

23 Q.このきのこの
名前はなにかな？

① しめじ ② しいたけ

正しいしたら1マス進む

21 Q.色んな食べ物に
変身する「大豆」
はどちらかな？

① ②

正しいしたら1マス進む

⑳の答え:②

20 Q.この野菜の
名前は何かかな？

① きゃべつ
② レタス

正しいしたら1マス進む

16 秋によくとれる
果物の名前を
言ってみよう！

言えたら1マス進む

15 ご飯のじゅんぴを
お手伝いしよう！

できたら1マス進む

⑭の答え:②

28 Q.節分には豆まきをするよ！
〇〇に何が入るかな？

おには〇〇、
ふくは〇〇

正しいしたら1マス進む

26 Q.長野県で育った
「うし」はどっち？

① 信州牛
② 飛騨牛

正しいしたら
1マス進む

27 冬によくとれる野菜の
名前を言ってみよう！

言えたら1マス進む

㉑の答え:①

22 お月見
お月見団子を食べるよ

②の答え:①

19 Q.秋はきのこが
たくさんとれるよ！
知っている
きのこの名前を言ってみよう！

言えたら1マス進む

17 早口ことばを
2回言ってみよう！

らっこも
らっきょ
食べた

18 ご飯を残さず
食べたよ

20 Q.この野菜の
名前は何かかな？

① きゃべつ
② レタス

正しいしたら1マス進む

28 Q.節分には豆まきをするよ！
〇〇に何が入るかな？

おには〇〇、
ふくは〇〇

正しいしたら1マス進む

27 冬によくとれる野菜の
名前を言ってみよう！

言えたら1マス進む

㉑の答え:①

23 Q.このきのこの
名前はなにかな？

① しめじ ② しいたけ

正しいしたら1マス進む

22 お月見
お月見団子を食べるよ

②の答え:①

19 Q.秋はきのこが
たくさんとれるよ！
知っている
きのこの名前を言ってみよう！

言えたら1マス進む

17 早口ことばを
2回言ってみよう！

らっこも
らっきょ
食べた

18 ご飯を残さず
食べたよ

20 Q.この野菜の
名前は何かかな？

① きゃべつ
② レタス

正しいしたら1マス進む