

# 食育すごろく

## 鳥取編

### 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まつばかに ②いか  
正かいたしたら1マス進む

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  
正かいたしたら1マス進む

3 Q.鳥取県でよくとれる  
のはどっち？

① まつばかに ② いか  
正かいたしたら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

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  
正かいたしたら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.鳥取県の郷土料理  
大きな油あげの中に生の米・野菜をつめて、  
だし汁でじっくりたき上げた料理だよ！  
〇〇に入る言葉を言ってみよう！

「いた〇〇」  
正かいたしたら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:いた(だ)き

10 たなばた  
おねがいごとを  
言ってみよう

⑧の答え:いた(だ)き

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  
正かいたしたら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  
正かいたしたら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  
正かいたしたら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.鳥取県で育った  
「うし」はどっち？

① 東伯牛  
② 飛騨牛  
正かいたしたら  
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

24 おせちには  
色んなおもいが  
こめられているよ！

⑳の答え:なし

23 Q.この果物の  
名前は何か？

正かいたしたら1マス進む

22 お月見  
お月見団子を食べるよ

㉒の答え:①

21 Q.色んな食べ物に  
変身する「大豆」  
はどちらかな？

① ②  
正かいたしたら1マス進む  
㉒の答え:らっ(き)豆

20 Q.この野菜の  
名前は何か？

「らっ〇〇〇」  
正かいたしたら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

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  
⑭の答え:②

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  
正かいたしたら1マス進む  
⑬の答え:①

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？

正かいたしたら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:いた(だ)き

# 食育すごろく

## しまねへん 島根編

### 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.島根県でよくとれる  
貝はどっち？

① ぼたて ② しじみ

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

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 この果物の名前を  
言ってみよう！

⑤の答え:①

8 Q.からの付いたそばの実を使って作るそば！  
〇〇〇に入る言葉を言ってみよう！

「〇〇〇そば」

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:①③④⑤

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

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！

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

3回休み

26 Q.島根県で育った  
「うし」はどっち？

① しまね和牛  
② 神戸牛

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

28の答え:①

24 おせちには  
色々なおもちが  
こめられているよ！

23 Q.この果物の  
名前は何か？

〇〇〇に入る言葉を  
言ってみよう！

「マス〇〇〇」

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

20の答え:つだ④⑤

22 お月見  
お月見団子を食べるよ

21の答え:①

20 Q.島根県の  
伝統野菜だよ！  
名前は何か？

〇〇に入る言葉を  
言ってみよう！

「つだ〇〇」

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 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！

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！

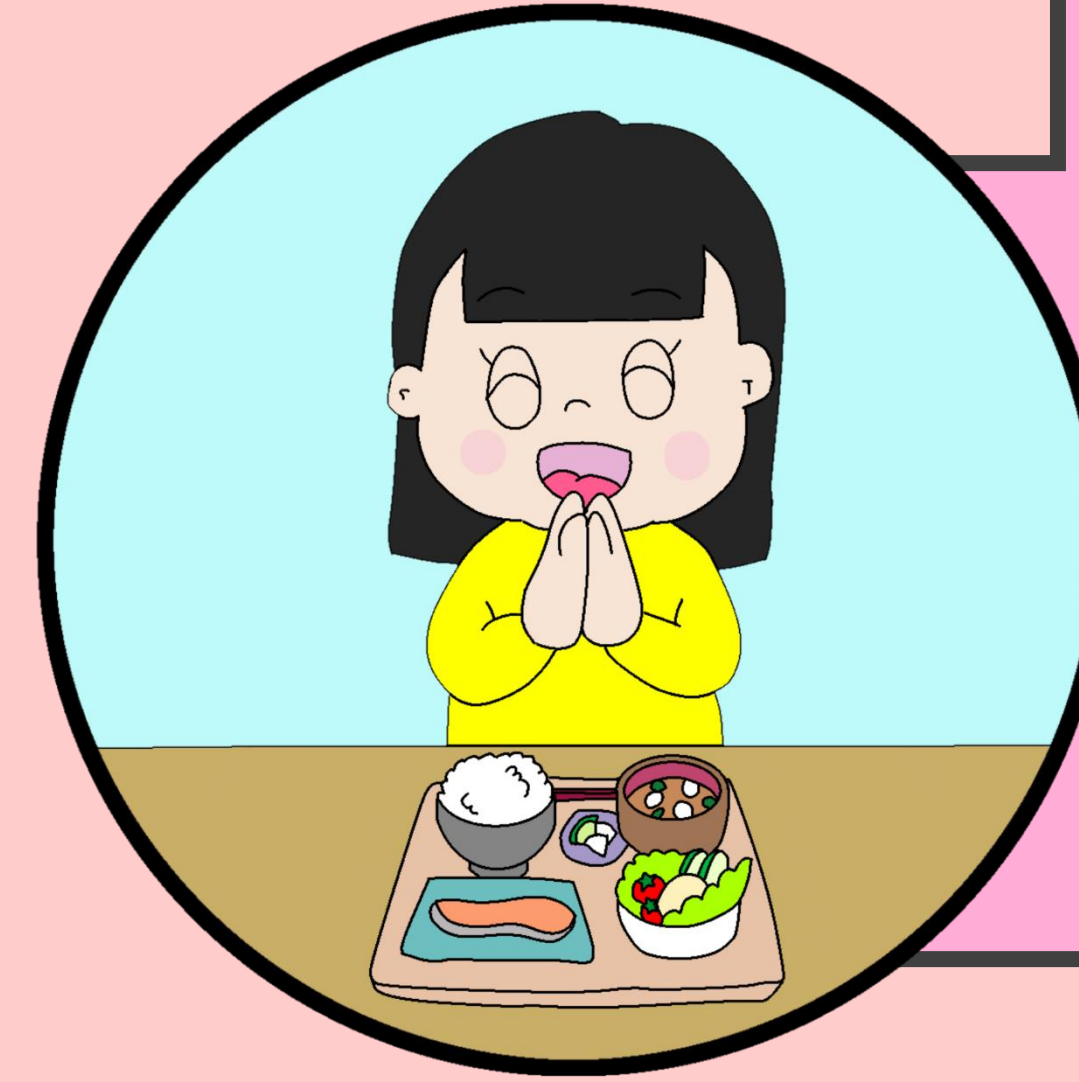
らっこも  
らっきょ  
食べた

18 ご飯を残さず  
食べたよ



**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

正かいたら1マス進む

3 Q.岡山県でよくとれる  
魚はどっち？

① ふな ② こい

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？

③の答え:①  
言えたら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

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 この果物の名前を  
言ってみよう！

⑤の答え:①  
言えたら1マス進む

8 Q.岡山県で有名なお団子  
桃太郎が3匹のお供に渡したよ！  
名前は何かな？言ってみよう！

「きび○○○」

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:きび(だんご)

10 たなばた  
おねがいごとを  
言ってみよう

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

ゴールまで  
あとちょっと！

26 Q.岡山県で育った  
「うし」はどっち？

① ちや牛  
② 飛騨牛

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！

⑯の答え:①  
言えたら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！

⑳の答え:もも

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  
㉑の答え:①(ま)かり

22 お月見  
お月見団子を食べるよ

㉒の答え:①

20 Q.ママ(ごはん)を  
かに行くと  
おいしいことから  
名前がついた  
魚だよ！  
名前は何かな？

「○○かり」  
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

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

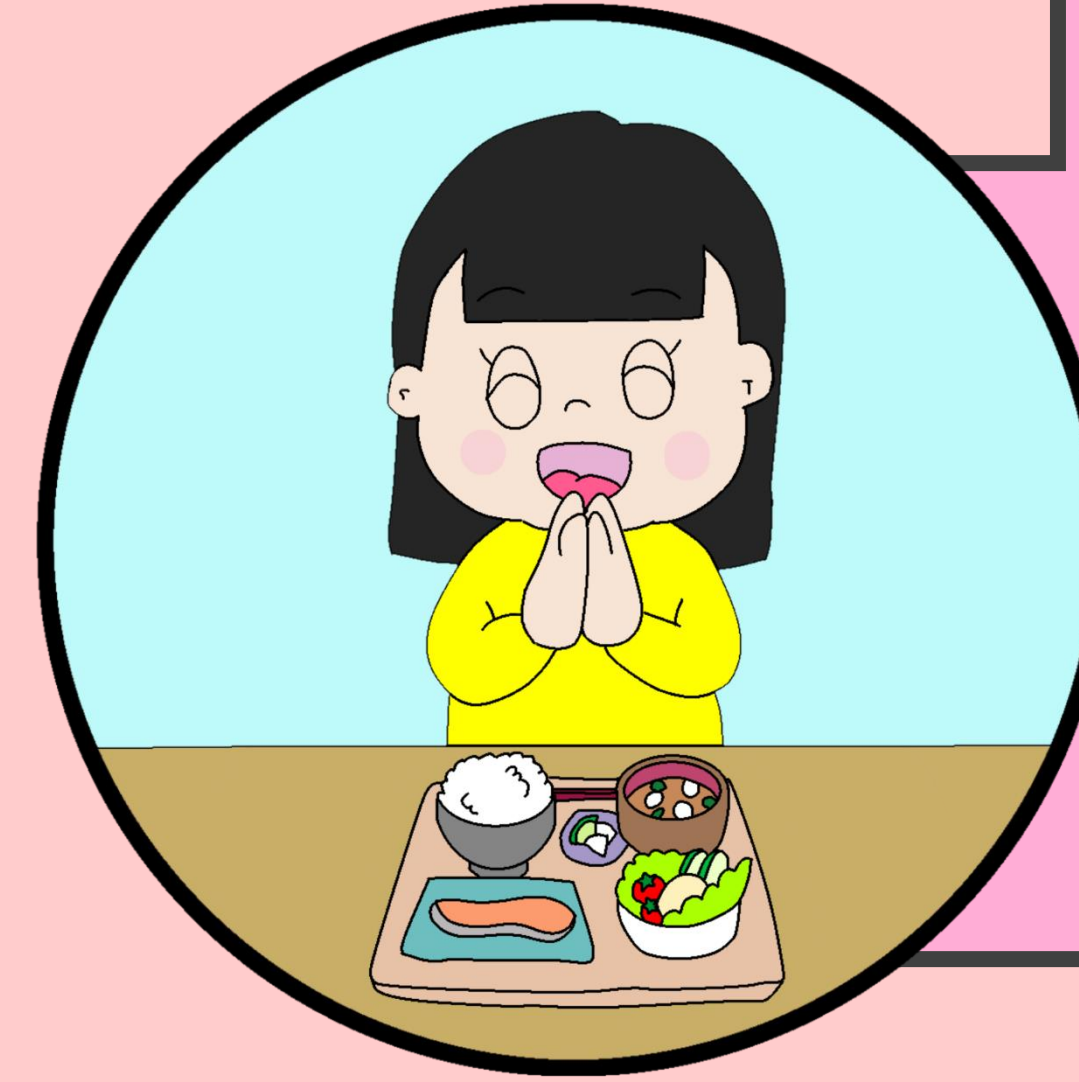
# 食育すごろく

## ひろしまへん 広島編

### 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 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.広島県でよくとれる  
貝はどっち？

① かき ② しじみ

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

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！

言えたら1マス進む  
⑤の答え:①

8 Q.広島県の有名なお土産！  
秋によく見る赤い葉っぱの形だよ！  
〇〇〇に入る言葉を言ってみよう！

「〇〇〇まんじゅう」

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:④⑤⑥⑦⑧⑨⑩⑪⑫⑬⑭⑮⑯⑰⑱⑲⑳㉑㉒㉓㉔㉕㉖㉗㉘㉙㉚㉛㉜㉝㉞㉟㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺

10 たなばた  
おねがいごとを  
言ってみよう

正しいしたら1マス進む  
⑫の答え:うなぎ

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？

正しいしたら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！  
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.広島県で育った  
「うし」はどっち？

① 松阪牛  
② 広島牛

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: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:れもん

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  
㉑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.広島県の  
お好み焼き！  
作り方はどっち？

① きじと具を  
混ぜて焼く  
② きじと具を  
それぞれ焼く

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

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  
㉑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

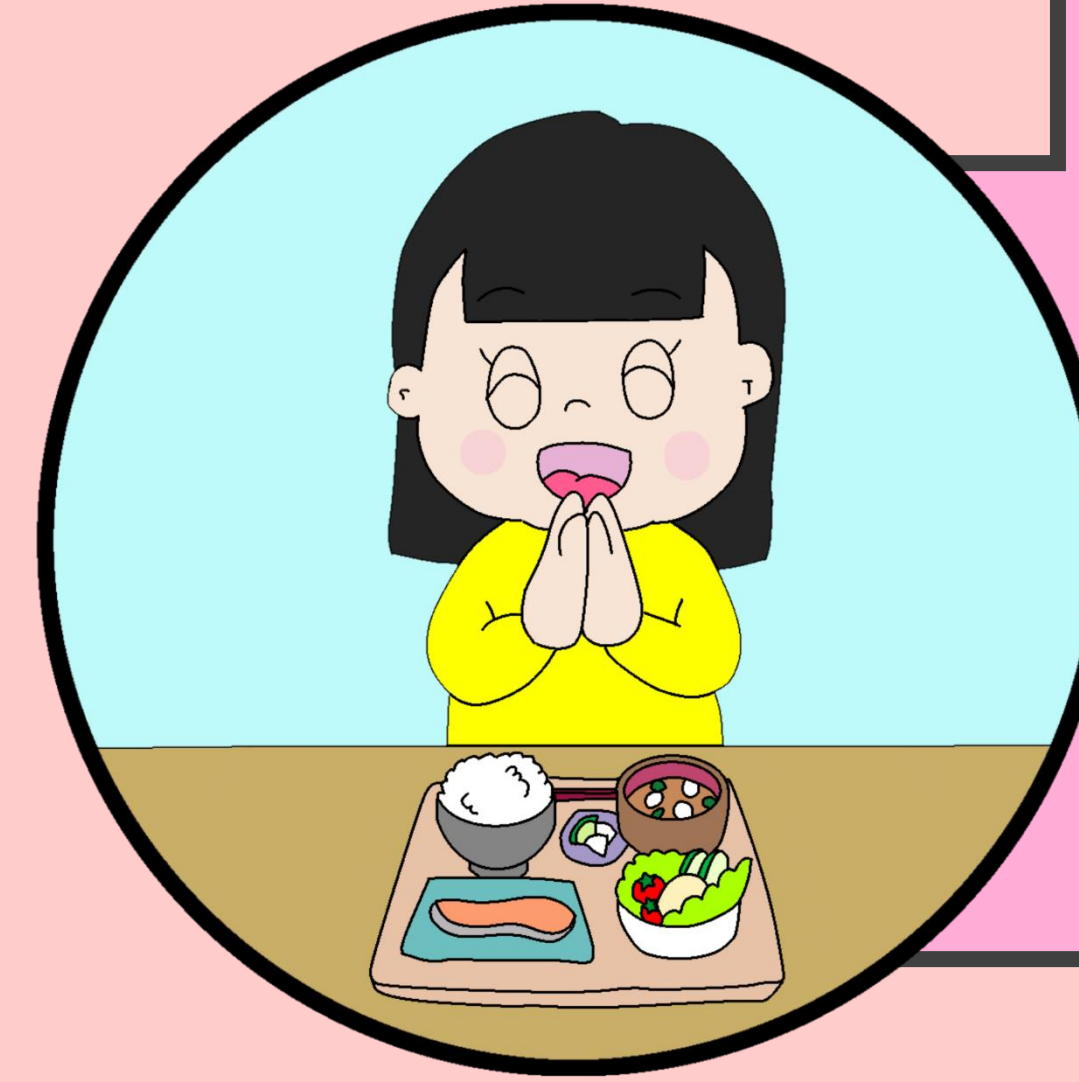
# 食育すごろく

## やまぐちへん 山口編

### 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

正かいたら1マス進む

3 Q.この魚の名前は何か？

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？

③の答え：ふぐ  
言えたら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 この果物の名前を  
言ってみよう！

⑤の答え：①  
言えたら1マス進む

8 Q.山口県の名物料理！屋根の上に  
付いているある物にそばを乗せるよ！  
〇〇〇に入る言葉を言ってみよう！

「〇〇〇そば」

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：④⑤⑥ そば

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！

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

3  
かいやす  
1回休み

26 Q.山口県で育った  
「にわとり」はどっち？

①名古屋コーチン  
②長州黒かしわ

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！

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！

⑳の答え：①

23 Q.山口県でよく  
とれる果物はどっち？

①みかん  
②グレープフルーツ

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  
㉑の答え：②

22 お月見  
お月見団子を食べるよ

㉒の答え：①

20 Q.山口県で  
生まれた野菜！  
名前は何か？  
〇〇〇に入る言葉を  
言ってみよう！

「〇〇っこりー」

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  
きのこ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

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

