



よいよく成長するための食事を知ろう



11月10日(金)に「保健体育」の学習で、成長に必要な栄養素について学習しました。本校の塩野栄養教諭から、成長に必要な栄養素とそれらが含まれる代表的な食品について話を聞きました。子どもたちは成長に必要な栄養素が含まれる食品をバランスよく摂ることが大切であることを理解することができました。授業の最後には、一人一人がよりよく成長するために必要な「赤(主菜)」、「緑(副菜)」、「黄(主食)」が揃うような献立を考えることができました。

