

1・5年食育授業

9月8日(火)に1・5年生が食育の授業を行いました。石橋小学校の栄養教諭にご指導いただきました。1年生は、赤(体をつくる)黄(エネルギーのもとになる)緑(体の調子を整える)3つの栄養群について学び、中でも野菜摂取の重要性を教わりました。5年生は、臨海自然教室での食事を念頭に、自分の体や体調等を考え、栄養バランスや量を考えて食事の大切さを学習しました。献立カードを使った活動では、数ある献立から自分が食べるものを適切に選択する体験をしました。今日、学習したことを、これからの食生活に生かしてほしいと思います。

