

食育指導を受けました。

5月27日（金）に、国分寺学校給食センターの宍戸恵美先生が来校してくださり、家庭科の時間に食育指導を行いました。5年生になり家庭科が始まり、これから調理実習も経験するので、みんな興味津々で話を聞いていました。

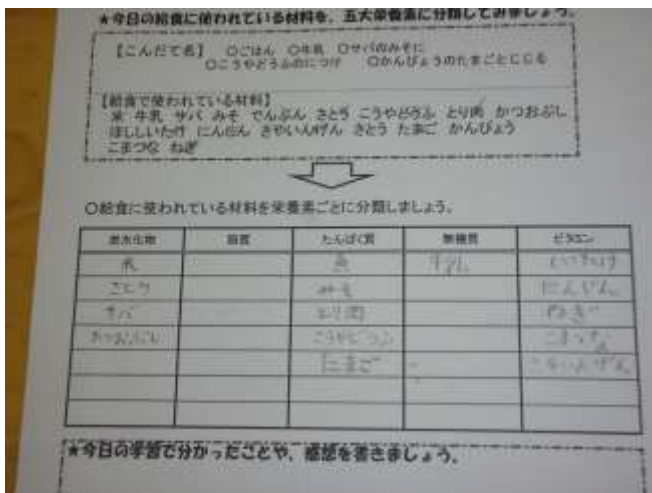
この日は、五大栄養素について学び、その日の給食の献立の材料を、それぞれ、栄養素ごとに分けて確認してみました。



五大栄養素をわかりやすく、黒板にまとめました。



家庭科のノートに五大栄養素についてまとめました。



その日の給食献立の材料を、自分で考えて、五大栄養素に分けてみました。かんぴょうがどこに入るのか苦戦しました。

最後に、この授業で分かったことや感想を発表しました。



今回の食育指導を通して、子どもたちは、食べ物が自分の体の成長にとっても大切であることの理解が深まったと思います。今回の授業で学んだ事を意識しながら食事をしてほしいと思います。