

5年



「よい身体づくりのために～望ましい食習慣を通して～」をテーマに、ゲストティーチャーに大和給食センターの橋本栄養教諭をお招きして、頭(脳)がさえる朝ごはんについて学びました。子どもたちの考えたメニューにも適切なアドバイスをいただきました。その後の意見交換会でも、朝食の内容や食べ方、おやつとり方について興味深い話し合いを行いました。

【保護者の感想より】

- なぜ朝食が必要なのかが、科学的なデータで納得することができました。
- 赤黄緑の食品をバランスよく食べることが必要なのはわかっているのですが、親が気をつけなければいけないということを再認識しました。
- おやつ摂取方法について、三食ではとれないものを補う役割があるということは、初めて知りました。