

12月の活動紹介

○ 12月9日（金）の3時間目に2年生～4年生が「食に関する学習」を行いました。栄養教諭の坂中律子先生におやつとり方について教えていただきました。まず、3つの飲み物を飲み比べました。1番目はサイダー。2番目は炭酸が抜けたサイダー。3番目はお水でした。サイダーの砂糖の量を教えてもらい、びっくり。スティックシュガー約10本分もありました。そこで、1日の砂糖摂取量の目安が25gであることを知り、取り過ぎに注意が必要であることも分かりました。今回の学習で、食事をしっかり食べる。おやつは、食べる時間や量、何を選ぶか考える大切さを学びました。5・6年生は、三大栄養素と元気な体について4時間目に学びました。



【食に関する学習①（2～4年）】



【食に関する学習②（2～4年）】



【食に関する学習③（2～4年）】



【食に関する学習④（2～4年）】



【食に関する学習⑤（2～4年）】



【食に関する学習⑥（2～4年）】