

望ましい食習慣を身に付けよう

R3.10.

食育は、子どもたちが一生にわたって健やかに生きていくことができるよう、その基礎をつくるために行われるものです。

今回は、2年生、5年生、いなほ学級で行い、栄養教諭の東さん、西濱さんがわかりやすく丁寧に教えてくださいました。

■ 食育で身に付けること

- ・食べ物を大事にする感謝の心
- ・好き嫌いしないで栄養バランスよく食べること
- ・食事のマナーなどの社会性
- ・食事の重要性や心身の健康
- ・安全や品質など食品を選択する能力
- ・地域の産物や歴史など食文化の理解など



文科省のHP から引用



「栄養素のはたらきを知る」

「にがてなたべものにチャレンジ」

