

チャレンジ！

令和3年2月22日(月)
五島市立久賀小学校通信
第51号
文責：山下

食育指導「食べ物の働きを知ろう」

18日(木)の学級活動の時間に、栄養職員の末留先生に食育指導をしていただきました。

食品を赤・緑・黄に3区分し、それぞれの働きについて教えていただきました。その後、今日の給食に使われた食材を色分けしました。子ども達は、「かまぼこってどれ?」「はるさめは何?」と悩んでいましたが、「その食品が何からできているか考えてみましょう」という末留先生のアドバイスを聞き、考えながら仲間分けをしていきました。この結果から、給食は、赤・緑・黄の食品をバランスよく取り入れて作られていることに気付くことができました。

授業を通して、給食だけではなく、すべての食事において、バランスよく食べることの大切さを学びました。

