



中学部 2年 栄養教諭による栄養指導 (2020年1月27日)

「体と食べ物 ~おやつ~」というテーマで、栄養教諭からお話を聞きました。「おやつってなに?」「栄養はどうなの?」「どのくらい食べていいの?」等、実験などを通して詳しく話を聞くことができました。「こんなに砂糖が入っているんだ。」「これからはお茶にしよう!」など、これからのおやつの摂り方について考えることができました。



(目標を確認して)



(砂糖の量です)



(こんなおやつ食べてます)



(どれだけ油が入っているかの実験です)



(こんなに油が入っています)