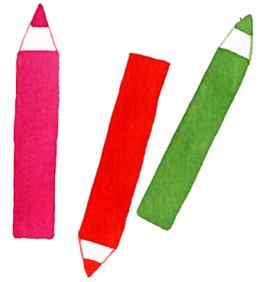




とうび絵日記

2月19日木曜日



栄養指導(中学部)

今日は1年生が栄養士さんに栄養指導をしていただきました。まず、昨日の給食の献立にはどんな材料が使われていたか調べました。そしてそれが三色の食品に分けられることを教えてもらい、実際に3つのグループに分けてみました。次にそれらをバランスよく食べることが大切なこと、バランスの悪い食事をしているとどのようになるか教えてもらいました。

牛乳が苦手な生徒が、牛乳を飲まないとなどのようになりやすいか知り、牛乳を飲むことができたり、野菜が苦手な生徒が「野菜も食べるといけんよなあ」と言って口にしたりと翌日からさっそく栄養指導の効果が表れています。

