

＜食育の授業（1年）＞（11/15）

給食週間で、栄養士の先生方にお越しいただき、1年生の各クラスで食育の授業を行っていただきました。



《授業の感想から》

「カルシウムが含まれる食品に青菜や海藻があるとは知らなかったもので、驚きました。また、カルシウムを十分にとるだけでなく、運動や睡眠も丈夫な骨を作るために大事だということが分かったので、これからの生活に生かしたいと思いました。」

しまった

それはシニア世代にも言えることです

明日から運動せねば(;>_<)