

令和2年度食育授業

食育授業では、児童生徒に3大栄養素について話したり、栄養バランスのとれた食事について考えさせたりすることで、一人一人が食品をバランスよく食べることの大切さを理解することができました。

また、後半は「自分で作ったものは自分で食べる」をモットーに学校で育てた白菜や大根を児童生徒一人一人が手でちぎったり、包丁で切ったりしながら調理を行い、自分だけの芋煮汁を作りました。

【講義の様子】



黄色の食品は体のエネルギーのもと
赤色の食品は体をつくるもと
緑色の食品は体の調子をととのえるもと

栄養バランスが
いいと絶好調！

【調理の様子】



上手に野菜を手でちぎったり、包丁で具材を切ったりすることができました。

【収穫の様子】



白菜・大根は郡山校で大切に育ててきました。味は格別でした！

【試食の様子】



芋煮汁は栄養バランスばっちりで美味しくいただきました。