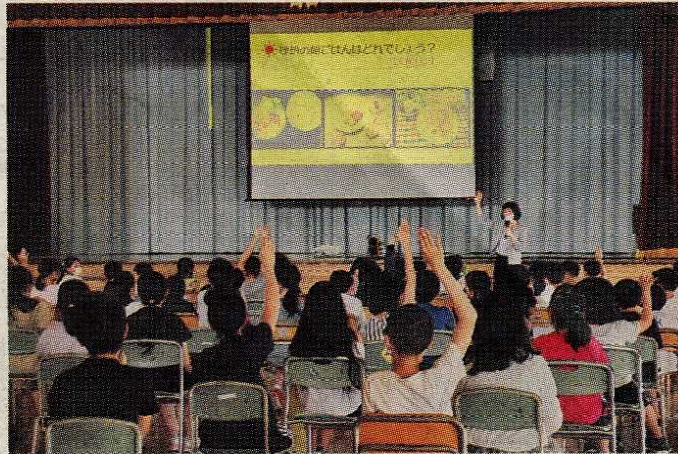


弘前・朝陽小で学校保健委員会

弘前市の朝陽小学校(齋藤昭校長)で10日、東北女子大学の前田朝美准教授を招いた学校保健委員会が開かれ、児童らが朝食の大切さについて学んだ。(齋藤葵)

朝食の大切さを学ぶ児童ら



東北女子大・前田准教授が講師

同校は昨年度から2年間、市教育委員会の委託事業として、食育について研究実践を行っている。この日は、「元気もり朝ごはん」をテーマに同校初の学校保健委員会を開き、3年生以上の児童103人と保護者らが参加した。

保健委員会の児童たちは、参加した児童を対象に朝食で何を食べているかについてアンケートを行い、その結果を発表。続いて前田准教授が筋肉の役割や栄養素について説明

し、児童らは「主食と野菜、副菜をバランスよく食べることが大事」といったことを学び、食への理解を深めた。

前田准教授は「(朝食を食べるだけでなく運動も勉強も頑張る)中身の工夫をして」と感想を述べた。

5年の小笠原菜津さんは「赤い食材(肉など)だけでなく、黄色(米など)や緑(野菜など)の食材も筋肉に關係があることを知れた」と感想を述べた。

バランスよく食べよう!

朝ごはんの大切さ学ぶ

陸奥新報 令和2年7月14日掲載 陸奥新報社提供

この画像は、当該ページに限って陸奥新報の記事利用を許諾したものです。転載ならびにこのページへのリンクは堅くお断りします。