

「あいことば 上宇部」2学期 その6



R6. 9. 11

朝ごはんは『めざましスイッチ』！



9月10日に6年3組の子ども達は、9月3日に続いて栄養教諭の先生と「朝ごはんの役割」について学習しました。

5つの栄養素が、「脳・体・腸」の「めざましスイッチ」になっていることを学び、自分の朝ごはんを『めざまし朝ごはん』にしようと、献立を考えました。

タブレットを使い、「栄養のバランスシート」に料理や食品のイラストを貼りつけることで、献立がひと目でわかり、各々が自分の課題を見つけやすくなりました。朝ごはんの工夫を通して、自分の生活をより良いものにしようと意欲を高めたようでした。