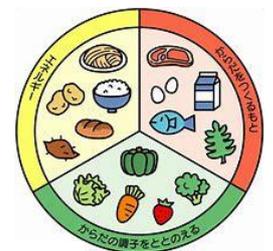
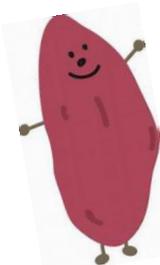


# 栄養指導～好き嫌い編～

栄養士さんに来ていただき今回は、～食事のマナー編～に引き続き、好き嫌いについてお話をして頂きました。3つの食品群のお話から始まり、赤は「からだをつくる」緑は「体の調子を整える」黄色は「エネルギーのもとになる」と教えていただき、各食品群にはどんな食べ物があるか、イラストを見せていただきながら、そしてクイズ形式にしながら理解を深めました。3つの食品群を食べないとなんで元気が出ないのかも一緒に考え、教えて頂きました。給食に出てくる食べ物を見て「あ！これ赤だね、緑だね！」そんな声も聞こえてきました。



あか

食べないとどうなる？

みどり

きいろ

