



食育 LHR



実習の様子



みんなで話し合いながら詰め替えました。



バランスのとれたお弁当が出来上がりました。

10月11日（水）

三原市から栄養士・食生活改善推進委員の方々をお招きして、食育 LHR を行いました。講義では、栄養バランスや、清涼飲料水に入った砂糖の量の多さなどを学びました。さらに、市販のお弁当に副菜を足し、バランスのとれた食事にする活動を通じて、食事の大切さについて学びました。



挑戦
開拓者精神

不屈
進取の精神

貢献
利他の精神