

食育講話の様子～「バランスのよい食事のとり方」

9月5日（木）公益社団法人福島県栄養士会管理栄養士の荻野美佐江氏をお招きして食育講話を行いました。「バランスのよい食事のとり方」というテーマで、体は食事できていることや飲み物にはたくさんの砂糖が入っていること、糖分のとり過ぎは体調不良の原因になることなど視覚的に分かりやすく説明していただき、子どもたちが驚きとともに、自分の食生活を考えるきっかけとなり、大変有意義な講話になりました。

