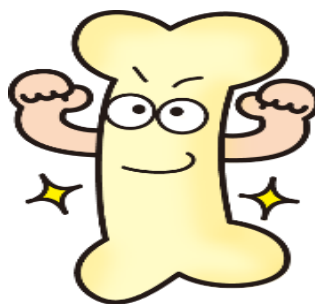


4年生

骨を丈夫にする食事を考えよう



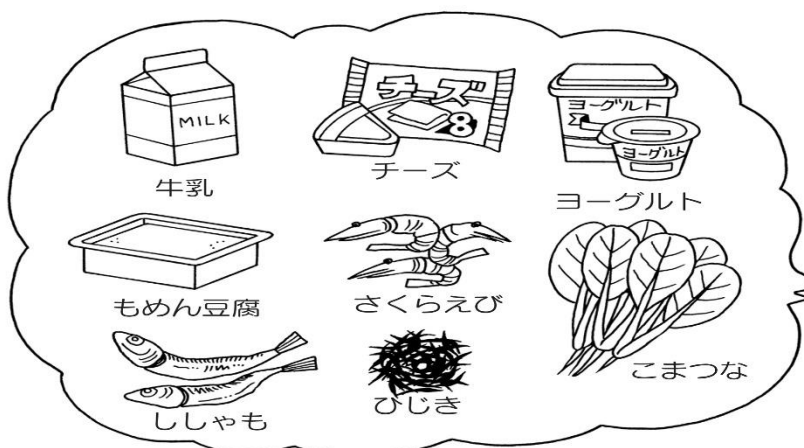
「成長期の今の食事が、将来の体を作る！」  
ということで、今日は骨を丈夫にする食事の  
学習をしました。

授業内ではカルシウム=カルちゃんと呼び、  
カルちゃんの大切さを再確認しました。

最後にカルちゃんのしっかりとれる、赤・黄・  
緑の栄養バランスの取れた食事を考えました。

「カルちゃんが足りなかったので、〇〇を足し  
ました。」などなど、皆さんの工夫が素晴らしか  
かったです。

これからも、普段からカルちゃんを意識した食  
事を心がけましょう。



カルシウムが  
多い食品  
大集合！

