

1年生 体からのおたより



毎日の給食の様子をみると、肉料理や卵料理が残ることはあまりないのですが、野菜料理は食べ残すことが多く、偏食の児童は多くみられます。

このように食生活や生活全般の問題が排便の問題に大きく表れているにもかかわらず、他の生活習慣に比べ、よい排便習慣を身につけることについて考える機会が少ないので現状です。

そこで、便について語ることに抵抗の少ないこの時期に、便の具合から自分の体調を知ることができる排便について学習しました。

