



4年生  
けんこうな体をつくろう  
～すききらいしないでたべよう～



成長期のこの大切な時期に、食べ物が体の中に入ってどうなるかについて知り、自分が生涯健康でいられるために、好き嫌いしないで、いろいろなものを食べてみるという大切さを知ってもらいたいと思い実施いたしました。また、保健科の「よりよい発育のために」の学習とからめ、よりよい発育のために特に大切な栄養素の「たんぱく質」「カルシウム」「ビタミン」の重要性についても、学習しました。

