



# 栄養指導がありました

3・4・5才児のクラスが、栄養士より「食べ物が体の中でどうなるか」「朝ごはん」についての話を聞きました。

それぞれのクラスが、真剣に説明を聞いたり、図を見入ったり、また知っていることを話したりしながら、体の仕組みや、食べ物大切さを考えていました。



くま組

「しょくどう？ってここ？(のどを指さして)」「えーっそんなに(小腸)長いの?!」



きりん組

「これ何!?!」「(野菜)いっぱい食べてない!」  
図を見ながら、思い思いに考えています



いろいろんち (バナナうんち)が出るためには…



どう組

「食道」「胃袋!」「…腸?」 昨年の栄養指導を覚えてお友だちもいました。

食べ物が体の中でどうなるのかな?



朝ご飯を食べると、身体が動き出して、うんちをしなくなる合図がでるよ♪

朝ご飯は頭や身体を動かすエネルギーになります。食べないとエネルギーがなくなってふらふらして、元気がなくなり、遊べなくなっちゃうんだ

朝ご飯を食べるためには、早寝早起きが大事なんだ!!

