



南長崎第二保育園

令和3年10月21日（木）

栄養指導を受けました

つき組 かぜ組 そら組



今日のテーマは
○食べる時の姿勢
○3つの色の栄養
でした。
どのクラスも栄養士さんの話を
よく聞いていました。



姿勢が悪いとどうなってしまうかな？
「おなかが痛くなっちゃう。」「血がで
ちゃう！」「こぼしちゃう！」一生懸命
考えて、真剣にこたえていたつき組。
給食の時間には、「こうやって座るんだ
よね！」と、とっても素敵な姿勢でおい
しくご飯が食べられました。（つき組）

なんでごはんは大事なんだろうね？「か
らだをつくるためだよ。」「マッチョにな
るとたくさんうごけるんだよね。」「そ
れって、たのしくあそべるってこと。」「と、
食物と体の関係や食事のマナーについて、
とてもよく話を聞いていた子どもたちでし



正しい姿勢、足を閉じて揃えて、背すじをの
ばす！わかっているけれど、なかなか習慣化
するのはむずかしいもの…でも大切なことな
ので、ぜひ繰り返し伝え覚えていけるとよい
ですね。今日は意識してお食事していました。
（そら組）



