

★1月のほけんのはなし★

いちご組・うさぎ組・きりん組:なんでも食べて大きくなろう!

1月は食べ物の3色食品群の話をしました。赤(たんぱく質)、黄(炭水化物・脂質)、緑(ビタミン・ミネラル)に分類されることや、それぞれの色に役割があること、3色バランス良くなんでも食べることが大切という内容を伝えました。「げんきれっしゃ」は3色揃って体の中を通っていきます。それぞれの色をたくさん揃えるのは大変ですが、最低1つ以上は揃うように食事が出来ると良いですね。話をした後はお弁当の時間でした。「これなにいろ?」「そろってる!」と、興味津々でしたよ^^いつもお弁当ありがとうございます。



いちご組 (1月24日)



うさぎ組 (1月22日)



きりん組 (1月21日)

