



食育(4年生)

2024/10/21





安岐調理場より 阿部 礼香先生

(あべ れいかせんせい)





思わず、身を乗り出してしまおう...





よく書いています。





なるほど……





骨の成長に必要なことがわかりました。

めあて よりよく成長するための工夫を考えよう **課題** よりよく成長するために、食事ではどんなことに気をつけたら良いかな

あべれいか

手足の骨が小さく、骨密度が低い

食事 たんぱくしつ

運動 血や肉をつくる

休息 休よう・すいみん

カルシウム きん肉になる

ビタミン ほねをつくる

まとめ ふりかえり

骨量の変化

成長期

① ② ③ ④ ⑤ ⑥

ほねをつくるのを助ける体の調子を整える

阿部先生ありがとうございました。

