



11月5日（金）

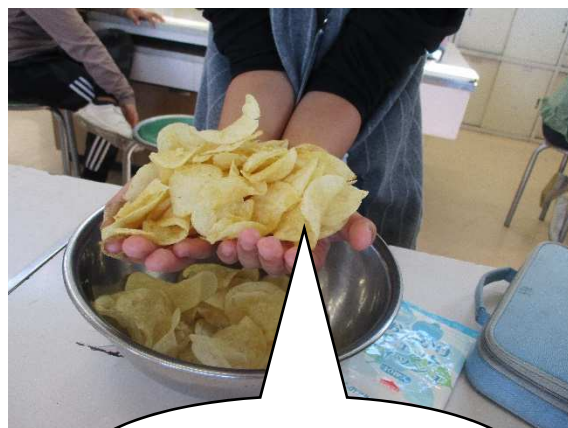
4年生 カルビースナックスクール

保健の学習の一環として、おやつに関する正しい知識を学び、健康について考える授業を、株式会社「カルビー」様の出前授業という形で御協力いただき、実施しました。

子供たちが大好きなスナック菓子ですが、含まれている栄養分やおやつとして食べる量、食べる時間などを教えていただきました。おやつは、1日200kcal以内が目安です。ポテトチップスならば、約35gで、だいたい子供の両手にのる量です。

コロナの影響で、その場で食べることはできませんでしたが、おみやげをいただき、子供たちはとてもうれしそうでした。家に持ち帰ってこの日に勉強したことを生かして、食べることができるといいです。

「カルビー」様、ありがとうございました。



1日に食べる
ふさわしい量

