

# 令和5年12月5日（火）3年生対象「食育授業」

3年生を対象に、家庭総合の授業で、三条市役所の栄養士の方から「食育授業」を行いました。

家庭総合の授業でも学習していますが、これからの長い人生を健康で過ごすために、何をどれくらい食べたらいいのか、「SAT」というフードモデルを乗せると栄養バランスがわかる装置を用いて、分かりやすく教えていただきました。

3年生は卒業を控え、一人暮らしをする生徒もおり、熱心に取り組んでいました。

併せて、保健師さんから「タバコの害」についてもお話があり、たばこの有害性を改めて認識することができました。

