

## 4年生給食指導（6月20日）

給食センター羽渕栄養教諭による4年生の給食指導がありました。

丈夫な骨を作るためには、  
①運動②食事③睡眠が大切です。



中身の詰まった重い骨と中がスカスカの軽い骨を模型で確かめました。



カルシウム、タンパク質、ビタミンをしっかり取って丈夫な骨をつくりましょう。