

あかっぴー

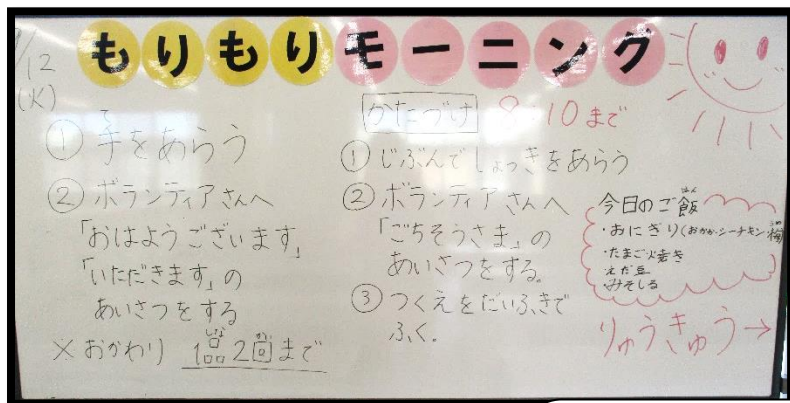
学校運営協議会赤岡小学校区地域学校協働本部
(黒潮の子ども応援隊通信) 第3号 R5. 9. 19



朝食作り教室「もりもりモーニング」は、平成29年度から「黒潮の子ども応援隊食育健康班」のご協力を得て、栄養バランスを意識した朝食作りや食の自立に向けた取組を行っています。

朝ごはんは「生活リズム」をつくる 健康な体づくりの第一歩

2学期最初の「もりもりモーニング」が9/12に行われました。黒潮の子ども応援隊のみなさまのご協力ご支援により、今年度は年8回実施を計画しています。前日には事前調理を行っています。参加希望の子どもたちは調理も楽しみにしています。当日は、おかわりをしたい子が続出！朝ごはんを食べて元気いっぱい教室へ向かっていきました。朝ごはんは、一日を元気にスタートさせる「スイッチ」です。エネルギーになるごはん・パンと、体や脳細胞をつくる「たんぱく質」は特に朝ごはんにも必須といわれています。毎日朝ごはんを食べて元気に学校で活動してほしいですね。



9/12のあさごはん

- ・おむすび ※選択 (梅・おかか・昆布・ツナマヨ)
- ・たまごやき
- ・ゆで枝豆
- ・具沢山みそ汁

おにぎり🍙
おいしい♪

食べ終わったら
自分で食器を
洗います



☆1年生がお手伝いをしたよ☆

9月は、希望者の1年生3名が、40人分のとうふ・ねぎ・じゃがいも・たまねぎなどをじょうずに切って、お米を洗いました。とてもやる気いっぱい頑張ってくれました。

