

# バランスよく食べよう

7月5日(水)



1・2年生は、村のヘルスボランティア（ヘルボラさん）に、「好き嫌いなく食べること」「姿勢よく食べること」の授業を受けました。ライスピザを作る体験からスタートです。

食品には、3つの働きがあることをライスピザの具材を例に分けていきます。自分で作った後なので、印象に残っています。



鹿さんと熊さんの劇から、姿勢よく食べるようにしましょう、とお話を聞いていると、ライスピザが焼けているいい香りがしてきました。自分で作ったアツアツのライスピザを食べさせていただきました。



「おいしかった」「みんなとピザが作れて楽しかった」「初めてピザを作ったので楽しかった」たくさん感想が出ました。ヘルボラさんは、地域からみんなを見ているよ、と愛情込めて伝えてくださいました。