

Tidings of flowers

2024年(令和6年)10月7日 福山市立山手小学校

保健の授業《6年》

9月27日(金)と10月1日(火)、6年生で保健の授業を行いました。担任と栄養教諭(中村先生)による授業です。10月1日は、広島県教育委員会、福山市教育委員会から指導主事の先生方と他の学校の栄養教諭の先生方が授業参観に来られました。

単元名は「生活習慣病の予防」です。不適切な食生活や運動不足、睡眠不足などの生活行動が主な要因となって起こる病気について知り、それを予防するためにどんなことに気をつけたらよいのかみんなで考えていきました。



「この画像は、Aさんの内臓脂肪型腹部です。脂肪が随分多いです。」



(ペットボトルの模型を見せて)サラサラの血液とどろどろの血液です。



自己チェックの時間
☐朝ごはんの食べないことがある
☐甘いジュースやお菓子をよく食べる…など



生活習慣病の予防方法をグループで考えています。



「ほくは、おかしは食べ過ぎないように、お皿に出して食べます。」



学校医の伊吹先生からメッセージをいただきました。