

令和5年度 食育コーナー

令和5年7月3日
東京都立中野特別支援学校長
和田 慎也
No. 2 (担当 坪田 拓也)

中3 生活単元学習

なるほど！おいしい！信州味噌。

中学部3年生は5月11日、5月12日と長野県白樺湖方面へ修学旅行に行きました。見学先のひとつでは味噌蔵の見学をしました。高さ2メートル以上ある杉の木桶の前で、天然醸造によるこだわりの味噌作りについて説明をいただきました。その後いただいた味噌御膳は絶品！とってもおいしかったです！



中2 家庭

「栄養」の学習をしました！

バランスよく食べるには主食、主菜、副菜を意識することがポイント！
炭水化物、タンパク質、脂質、ビタミン、ミネラルなど色分けをしながら食物の役割について学び、普段の食生活を見直したり、関心をもったりするきっかけにしました！

