

食育編

入学にあたり、親として期待や不安はどんなことですか？

<期 待>

<不 安>

～生活のリズムを整えることから始めよう～

お子さんがより良い学校生活を送るために、帰宅後や休日の過ごし方はとても大切なことです。

さて、こんな場合はどうしましょうか。



親：どうして野菜を残すの？

野菜も食べないと、元気になれないよ！

子：だって、嫌いなんだもん！

親：にんじんやピーマンには栄養がたくさん入っているんだよ！

子：えー、食べたくないよー！

より良い食習慣を身につけさせるためには、どんな言葉をかけ、
どんな態度で接したら良いでしょうか？