



小学生・中学生の皆さんへ

あらかわ区報 Jr

ARAKAWA KUHO JUNIOR

2022年[令和4年]

12.16

No.151

ジュニア

発行：荒川区
発行部数：23,000部
〒116-8501
荒川区荒川2-2-3
☎(3802)3111

あらかわ区報Jr.は
荒川区ホームページで
ご覧になれます

<https://www.city.arakawa.tokyo.jp/a004/kouhou/kuhoujr/arakawakuhojr.html>



ちょっと待って!



栄養バランスの良い 食事ができているかな?



お腹が空いたとき、手軽に食べられるお菓子やジュース、インスタントラーメン。みんなは食べすぎていませんか？
今回、峡田小学校のジュニア記者たちが訪れたのは荒川区保健所。ここで働く管理栄養士の二人に、栄養バランスの大切さを教えてもらいました。普段、気軽に食べたり飲んだりしている物には、一体どんな成分が含まれているのでしょうか？ジュニア記者と一緒に学びましょう。



新型コロナウイルス感染症予防のため、取材時は全員がマスクを着用していますが、撮影のためにマスクを外している場合があります。

問い合わせ 健康推進課 ☎内線423

次は1月に発行する予定です