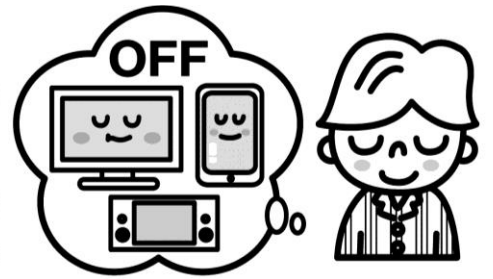


給食だより

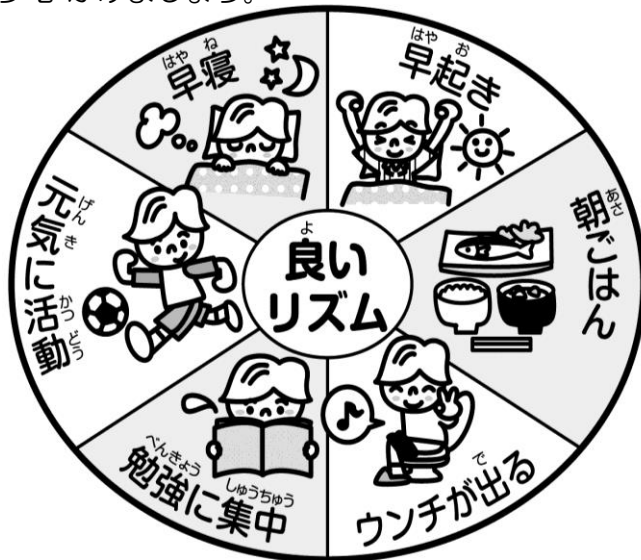
2017年
弥生小学校

生活リズムを整えましょう

楽しかった夏休みも終わり、いよいよ2学期がスタートしました。9月はじめは、何となく体がだるかったり、食欲がわかなくなったりと体の不調を訴える人が多くなります。これは、生活リズムの乱れや夏の疲れが主な原因です。体調を整えるために、朝起きたら太陽の光をあびて朝ごはんをしっかりと食べることが大切です。夜は夜更かししないで早めに寝るよう心がけましょう。



寝る前は、テレビやゲーム機、スマートフォンの使用はやめて、ゆったりした気持ちで過ごしましょう。



6日(水)は新米給食！！

一般的に米は10月ごろに収穫を迎えますが、弥富市では伊勢湾台風の経験から、台風がよく来る前の8月中旬に収穫を迎えます。毎年愛知県で一番早く新米を出荷しているのが、弥富市です。今回は農協の方が、とれたばかりの「こしひかり」を、みなさんにぜひ味わってほしいとプレゼントしていただきました。

