



きゅうしょくだより

えいようし かんしゃ とくべつごう
栄養士より感謝の特別号！



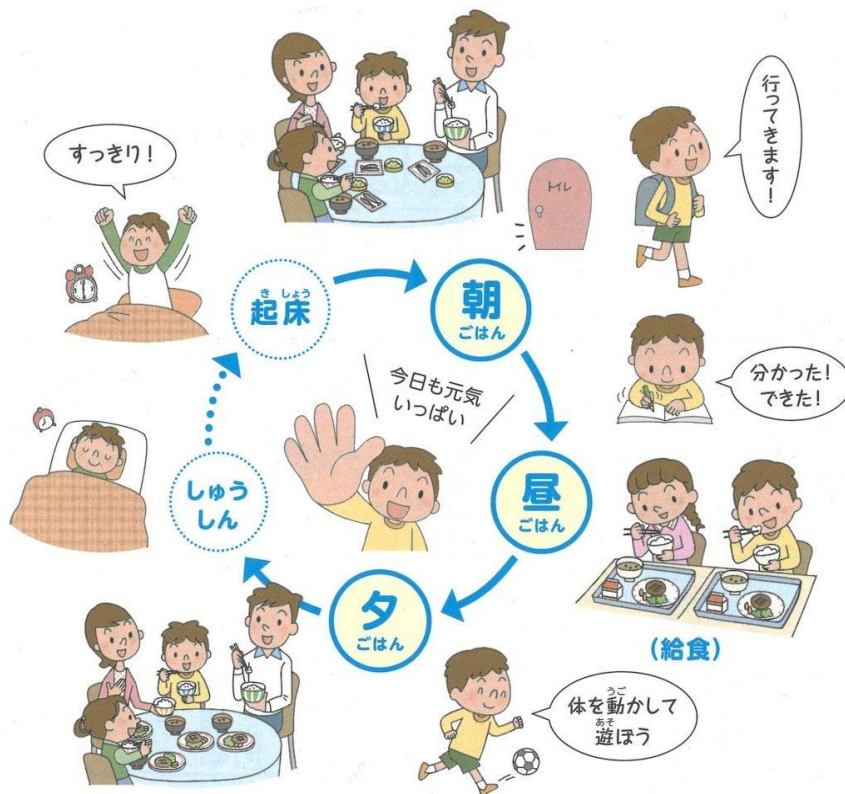
平成28年度12月 特別号 志木市立宗岡第四小学校

今年の給食も、あと少しになりました。

みなさん、1学期よりもしっかり食べられるようになりましたね！
戻ってきた食缶が空になっていると、とてもうれしいです。



自分の生活リズムを調べてみよう



冬休みも、生活リズムに気をつけて過ごしてください。そして3学期に、また元気に会いましょう！

☆風邪をひかないように気をつけること4つ☆

① 手洗い

② うがい

③ 好き嫌いをしないで
なんでも食べる

④ 早寝早起き

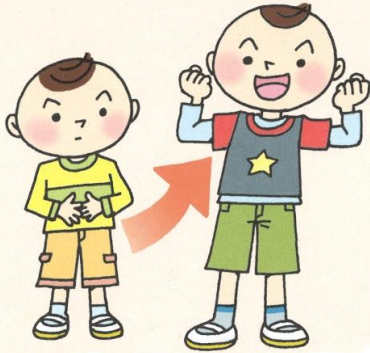


どうして きゅうしょくが あるの？



たべることには たいせつな はたらきが あります。

からだが おおきくなります。



げんきになります。



びょうきに なりにくくなります。



きゅうしょくを のこさず たべると、からだが げんきになります。

みんなで たべると おいしいよ！



給食があるのは、あたりまえだと思っていま
せんか？

給食がでることには、
ちゃんと理由があります。

そして、しっかり食
べることの良いことがた
くさんあります。

しっかり食べ、パワー
アップして進学・進級
できるように3学期取
り組みましょう！

どれか のこすと
げんきが できません。

きれいな ものでも
ひとくち たべてみましょう！

