

## 8月7日 (金)

## 朝ごはんをおいしく食べるには?

朝ごはんは1日のはじめです。朝ごはんを食べると、体がめざめて勉強や運動をするための元気な力がついてきます。

## 早ね早起きを

## しましょう

朝ごはんを食べるためには、早起きをして時間にゆとりをもつことです。早ね早起きの習慣を身につけましょう。



## 夕食は早めに

## 食べましょう

夜おそくに食べると、朝、おなかがすきで、おいしく朝ごはんを食べられなくなります。



## きょうのこんだて

こくとうパン  
ぎゅうにゅう  
チキンレバーカツ  
スープ

おもにエネルギーのもとになる  
き  
こくとうパン  
あぶら

おもにからだをつくる  
あか  
ぎゅうにゅう  
チキンレバーカツ  
ぶたにんにく

おもにからだのちょうどいしをととのえる  
みどり  
キャベツ、たまねぎ  
にんじん、グリンピース

クイズ5 「レバー」は、鶏肉のどの部分でしようか。  
①しんぞう ②じんぞう ③かんぞう

## 一口メモ

○今日で1学期が終わります。今年はコロナウイルス

影響で6月から学校が始まりました。今年度に限り

終業式や始業式も給食があります。

みんなの給食を作ってくださっている(株)一富士

フードサービスの方々も暑い中、給食を作ってくださ

っています。みんなは教室でクーラーをつけな

がらドアや窓を開けて換気もしながら学習をしてい

ます。給食室の調理場にはクーラーはありません。

気温31度、湿度85%の中7月下旬から今日まで

みんなの給食を作ってくださっていました。暑さを

少しでもやわらげて熱中症にかかるないようにする

ために、スポットクーラーや首元を冷やす冷却材、

扇からの洗浄作業では、ファンがついている空調服を

着て作業されました。

○今日の終業式では、校長先生から夏の大三角の話を

されていましたね。明日から夏休みが始まります。

夜に空をながめて、夏の大三角をさがしてみましょう。

夏休みの生活は「はやね、はやおき、朝ごはん、はいべん」

を心がけて、8月25日元気に登校できるようにしましょう。



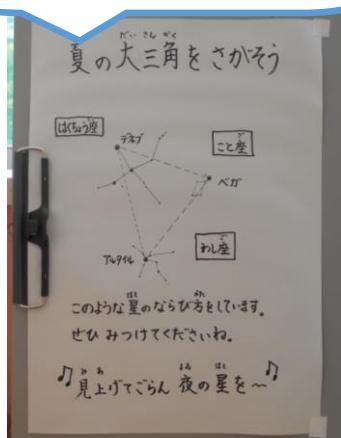
スポットクーラー

空調服



首元を冷やしています。

今日の校長先生の絵です。  
新聞コーナーにあります。



キャベツ	長野県	たまねぎ	兵庫県	グリンピース(冷)	ニュージーランド
にんじん	長崎県	豚肉	鹿児島県	チキンレバーカツ	鹿児島県

ごみの分別 口普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：③