

ゆいほーる



2018年4月18日 NO.5

そのまた昔。 高校1年の4月。サッカー部の監督から言わ

れたミーティングでの言葉。

強く、上手になりたいなら

「良く食べて、

良く動き、

良く寝なさい」

緊張していた当時のミーティング前、有名な監督さんからどんな話をして頂けるか期待するなか

「いやいや、大事なミーティングで何の話やねーん・・・」

って一瞬思いました。だけど、その言葉の意味はすぐに分かりました。

監督の家での下宿生活でまず、きつかった事は練習より下宿先での、最低ご飯大盛り3杯という食事の量。だけど、めちゃくちゃ練習も厳しかったから、食事の量もだんだん食べられる様に。体も疲れるから、洗濯物を干したら、**即寝る**。朝起きて、朝練後にまた、たくさん食べる…。当時、自然と体は大きくなり、筋肉も段々と…。(ちなみに長崎の遠征先での国見高校で、現、川崎フロンターレの大久保選手はラーメン鉢でご飯を食べていました。)

**食べる→動く→寝る→食べる→動く→寝る→食べる→動く→寝る・・・**

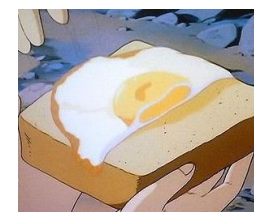
このサイクルって、当たり前のように、不規則になりがち。どれかが**欠けてもダメ**。まずは**好き嫌いせずに**食べる事から。2年4組は良く食べています。**毎回食缶が空**になっています。4月から始まった給食、有難いですね。

## 4月からの給食で思うこと…

☆おいしいです。

☆給食の準備が早くできてすごいと思った。

☆ちょうどよくていいと思います。



☆**配膳が早いのは**いいと思う。

☆もっと**早くランチョンマットを敷いて**ほしいと思います。

☆もう少し全体の量を増やしてほしい。

☆普通においしい。

☆他のクラスよりも早く準備と片付けができていたので、すごいと思いました。

☆もう少し量を増やしてほしいです。

☆**あたたか**くなって、おいしくなった。

☆前よりもおいしくなったのでよかったです。

☆前は、お弁当だったからおいしくなったのは分からないけど、**あたたかい**給食が食べられてうれしいです。

☆前と比べて**あたたか**くてとてもおいしい。

☆冷たい給食より、**あたたかい**方がいい。

☆小学校の時の給食と同じになって、前よりおいしくなって良かった。

☆ご飯も、おかずも**温か**くておいしいです。味も薄すぎず、濃すぎずちょうどいい。

☆**温か**くておいしい。

☆もう少し全体の量を増やしてほしい。

☆おいしいのもある。

☆フルーツを増やしてほしい。

☆今は**温か**くておいしいと思います。

☆味はちょうどよくておいしいです。



☆パンに**ジャム**をつけてほしいです。

☆1年生の時のお弁当と比べて**温か**いし、おいしいと思った。

☆**温か**くて味が濃くておいしくなっている。

☆前は冷たかったけど、今は**温か**いから良かったです。

☆早めに用意ができていて、おかわりをする人が多いので残ることもなく良いと思います。

### 担任より

パソコンを打っていて感じたこと。それは「**温かい**」というキーワードが多かったこと。作っていただく方に感謝。