

あいおひげんきあっぷ

10月号

令和2年10月1日発行
編集:相生中学校元気アップ
コーディネーター
新美・一宮
Tel: 06-6976-1941



学校図書室の開室について

10月 開室カレンダー				
月	火	水	木	金
			1日	2日
			体育大会準備	体育大会
5日	6日	7日	8日	9日
	2年生		文化発表会	
12日	13日	14日	15日	16日
	3年生		中間テスト	中間テスト
19日	20日	21日	22日	23日
	1年生		2年生	
26日	27日	28日	29日	30日
	3年生		1年生	

- * 本は1人2冊、3週間の貸し出しだす。
- * 担任の先生または職員室に返却してください。

10月に入り暑さも少し和らぎ、過ごしやすくなっています。

今月は体育大会や文化発表会があり、練習や準備に忙しくしていると思います。精一杯頑張つて思い出に残る一日にしてください。

さて、学校図書室の開室ですが、引き続き火曜日と木曜日の昼休みのみの開室となります。また、今月からはクラスごとではなく学年ごとになります。カレンダーを確認して利用してください。

開室日は限られていますが、貸し出し冊数と期間は増えています。忙しい毎日ですが、気候のよいこれから季節、自宅で読書する時間を作つみてください。

フード豆知識

「納豆」

皆さんは「納豆好きですか？」と聞かれると何と答えますか？アンケートによると全国では6割の人が好きと答えていますが、大阪では好きと嫌いは真っ二つに分かれてしまうです。
身近な人に聞いてみると同じような結果が出そうですね。

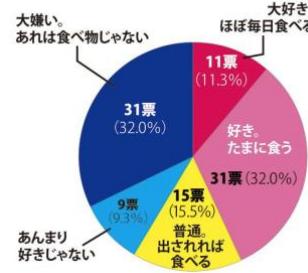
「納豆は身体にいいから食べなさい。」と言われたことがあるのではないでしょうか？納豆にふくまれる納豆菌には「免疫力アップ」と「整腸作用」があります。安くて手軽なお医者さんもすすめるまさに「スーパーフード」なのです。

納豆に足すと食べやすくなるもの

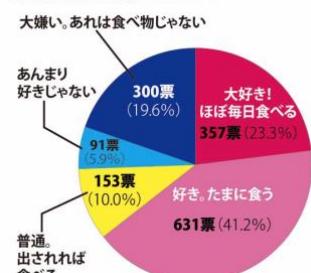
- 砂糖
- マヨネース
- 酢
- 意外なところで 角切りトマト



【大阪】納豆、嫌いですか？



【全国】納豆、嫌いですか？



でも、、、やっぱり王道は納豆ごはん！！

おねぎと卵黄をトッピングすればパクパクいけますね！！



いかがでしたか？納豆をたべて免疫力をアップ！コロナにもインフルエンザにも負けない強い身体をつくりましょう！！

あいおひげんきあっぷ