

＊給食だより＊



早寝早起き朝ごはん

「早寝早起き朝ごはん」運動シンボルマーク

梅雨が明けると、いよいよ本格的な夏がやってきます。暑くなり始めるこの時期は、暑さに体が慣れていないので、熱中症などに気をつけて過ごしてください。こまめな水分補給と共に食事をしっかりとって、暑さに負けない体をつくりましょう。

大切な夏の水分補給

わたしたちの体は、成人で体重の約60%を水分が占めていますが、2%以上を脱水すると、体温を調節する機能や運動機能が低下してしまいます。

夏は知らず知らずのうちに汗をかいているので、のどがかわく前にこまめな水分補給を心がけることが大切です。また、食事からも水分は補給されるので、3食をきちんととるようにしましょう。



©少年写真新聞社2022

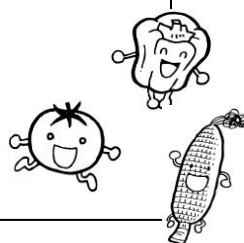
学校給食費の支払いにご協力をお願いいたします。

7月の引き落とし日は 7月11日(月) です

夏休み中、8月の引き落としがありますのでご注意ください。

8月の引き落とし日は 8月10日(水) です。

前日までに口座へご入金をお願いいたします。



今月の献立より

Touring the world



AMERICA

THROUGH FOOD

Let's learn about the world and other famous things.

(食べ物と有名なものを通して世界について学ぼう)



Find the state pictures throughout the school

(学校中のアメリカの州の写真を見つけよう)

Choose the foods you want to try

(食べてみたい食べ物を選ぼう)

When you have found all 50 state picture, tell Ms. Kayla

the foods you want to try.

(50の州の写真を全て見つけたら、ケイラ先生に食べたい食べ物を伝えよう)

8日(金) 給食「American food」

Jambalaya (Louisiana)

seafood chowder (Washington)

apple pie (Vermont)

※ALT ケイラ先生が、学校の校舎内にゲームを仕掛けています。

写真を見つけて、給食で作ってみました。

来校時には、ぜひ、校舎の壁に貼られている食べ物の写真を見つけてみてください！

食べることは「生きること 学ぶこと」 Try it!!