

12月21日（火）

きょうで、2学期の給食は最後の日で、もうすぐクリスマスということもあって、特別な献立こんだてになっています。特に、きょうのデザートは、箱にサンタクロースの絵が入った、いちごのケーキで、クリスマスらしいデザートになっています。きょうの給食で、少し早いクリスマス気分を味わってください。さて、明日からしばらく給食はお休みになります。そして、みなさんが楽しみにしている冬休みむかを迎えます。冬休みになると、クリスマスや年越しとしこ、お正月とたくさん食べる機会が増えて来ると思います。しかし、おいしいからと言って、何でもかんでも食べすぎてしまうと胃腸いちょうを悪くしてしまったり、肥満ひまんとって太り過ぎすの病気になってしまったりします。それらを防ぐためにも、冬休み中であっても、きちんとした量きそくを規則正しい時間に食べるようにし、早寝はやね・早起き・朝ごはんじっせんをぜひ実践しましょう。

それでは、年明けとしあの始業式に元気に登校してきてくれるのを待っています。まだ、少し早いですが、みなさん、よいお年としを！！