

## <夏の元気は、毎日の食事から！>

夏は子どもたちにとって、楽しいイベントが目白押し。暑さに負けず元気に過ごすために、早寝・早起きを心がけ、元気に夏を乗り切りましょう。



入園・進級から4ヶ月が経過しました。子どもたちはようやく給食に慣れ、苦手な野菜も頑張って食べられるようになってきました。子どもに野菜を食べて欲しいけど・・・でも子どもは苦手。さて、なぜ子どもの成長に「野菜」が必要なのでしょう。

### 野菜の栄養素は細胞を作るときに必要です

～体は細胞でできています～

