

【7月12日】

## 夏野菜を食べましょう！（3年生）

立花栄養教諭（西諫早中学校）に，3年生の食育指導をしていただきました。今日のカレーにも使われていたカボチャやピーマン，トマト，ゴーヤなどの夏野菜について，スライドを使って説明がありました。「野菜には，ビタミンやミネラル等体の調子を整える栄養素が含まれているので，病気にかかりにくくなりますよ。夏野菜をたくさん食べて，暑い夏を元気に過ごしましょう。」という話でした。

