

新学期が始まり、2週間が過ぎようとしています。新しいクラス・先生・友達など環境が大きく変わり、そろそろ疲れが出てくる頃です。疲れをためないように、休養・栄養をしっかりとるようにしましょう。

今年度も定期的にこの食育だよりを発行して、食に関する様々な情報をお伝えしていきます♪