

ぱくぱくつうしん

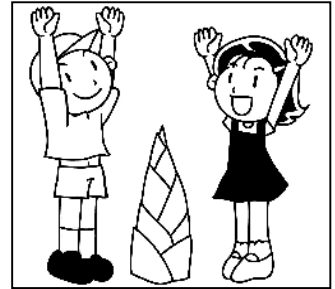


5月10日(水) 朝ごはん

<クイズ> 朝ごはんを食べるとよいことがたくさんあります。まちがっているのはどれでしょう？

① 体温が上がり、からだ^{げんき}が元気に動き出す。

② 脳^{のう}にエネルギーが補給され、集中力^{しゅうちゅうりょく}アップ。



③ 50メートルを、5秒^{びょう}で走る^{はし}ことができる。

クイズの答え ③です。

今週から朝の時間に、運動会の練習がはじまりました。今月の目標は、「朝ごはんをしっかりと食べよう」です。6年生は家庭科の時間に朝ごはんの大切さを学びましたね。朝ごはんをしっかりと食べていないと、元気が出なくて、学校でけがをしやすくなります。

お腹がすいていると、集中力もなくなってくるので、自分の並ぶところが分からなくなってしまうかもしれません。

飲み物だけしかとっていない人、おにぎりや菓子パンだけの人も、何かもう一品食べて学校に来るようにしましょう。