

# 給食がより

宮城県立迫支援学校

～9月号～

お盆頃からは少し涼しくなってきましたが、今年の夏休みは暑い日が多かったですね。夏バテや夏風邪など、体調を崩してしまった人はいませんか？規則正しい生活とバランスのとれた食事で、1学期後半も元気に過ごしましょう。

**生活リズムをととのえよう!**

みなさんは夏休み中に、朝寝坊をしたり、朝ごはんをぬいたり、夜ふかしをしたりしていませんか？  
しっかり勉強して運動するためには、食事、勉強、運動、睡眠などの日常生活を規則正しく行って、生活リズムをととのえることが大切です。

## 保護者給食試食会

Q&A

- Q. 試食会はいつですか？  
A. 10月16日(火) 12時～13時の予定です。
- Q. 昨年も参加したのですが、今年もまた参加できますか？  
A. 全学部・全学年の保護者の方が対象です。昨年参加した方でも、今年も参加できます。ぜひ毎年参加してください！！
- Q. 子供たちが給食を食べている様子を見ることはできますか？  
A. 今回の試食会は、本校の給食内容を知っていただくことや、食生活・健康に関する情報提供等を目的にしていますので、児童生徒の給食の様子を見ることはできません。
- Q. 当日の献立は？  
A. 主食が『ごはん』ということは決まっていますが、詳細はまだ決まっていません。「これが食べたい！」というメニューがあれば、先日配布した参加申込書(申込期限9月7日)に、ぜひリクエストをお書きください！！



お待ちしております!