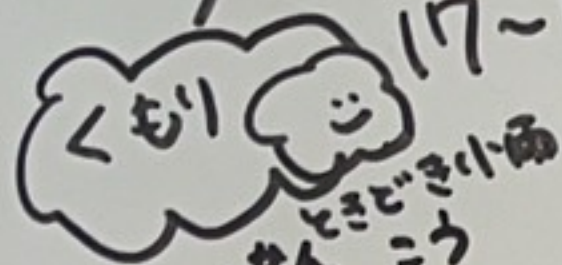


12/15(木)

17~19℃



12月のほけん目標

寒さに負けない体をつくろう

・観光バスの日 ・「古都京都」が世界遺産に収録

12月も半分が過ぎました。

2022年のうちにやってみたいことや

やり残したことはありますか？

あと半分しかない^おと^お思っている人!!

まだ半分ものこってます。チャレンジしてみよう!!

クイズ

冬に食べると体が温まるメニューは

どれでしょうか？

- ① 生野菜サラダ
- ② サンドイッチ
- ③ シチュー

こたえ ③ シチュー

サラダやサンドイッチよりは熱々のシチューを食べるとポカポカあたたまります。

おススメ♪ 豚汁やお鍋、サラダも塩辛い野菜をつかったサラダなど