

今月の食育コーナーのテーマは・・・

# 「勝つための体づくり」

6月の松江ブロック大会に向けて、運動部は練習に励んでいますね。

「食事」は、練習と同じくらい大切なものです。

試合で力を発揮するために、普段の「食事」を見直して、丈夫な体をつくりましょう！