



豊成中学校  
2年部 学年通信  
No.30  
平成29年7月14日

# 保健・給食委員会 朝集会

今日の朝集会で『健康優良生徒』の表彰がありました。2年生からは小松楓さんが表彰されました。規則正しい生活習慣が評価され受賞となりました。続いて保健・給食委員会から熱中症予防についての発表がありました。1日に体から出ていく水分量と必要な水分量をペットボトルで表示して分かりやすく説明してくれました。



## 食事ってなんだろう？

最近暑い日が続き、食欲も落ち気味の人もいるようです。さらに学校の給食では野菜にほとんど手をつけない人もいます。たしかにモンゴルの遊牧民やアフリカのどある部族では野菜をほとんど食べませんが、健康な生活をしています。じゃあ、日本人も野菜を食べないで肉だけで生活できるのでしょうか？答えはNOです。ご飯やパンを食べる国では野菜を食生活の必須な国です。もし今後一切、ご飯やパン、穀物を食べる日本や欧米の食事は野菜がないのであれば完全肉食でも大丈夫かもしれませんが…。修学旅行、どうしますか？