©少年写真新聞社2016年
株式会社少年写真新聞社　http://www.schoolpress.co.jp/

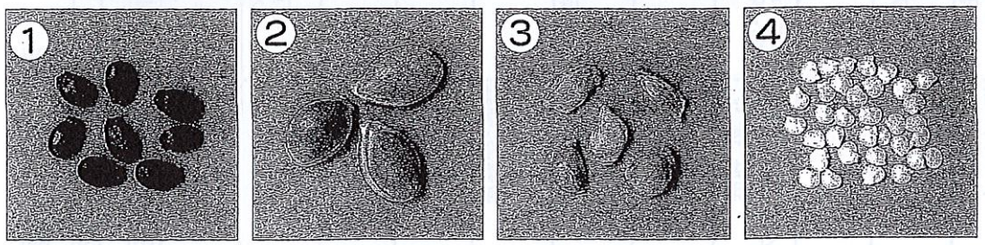
たのしくたべようニュース

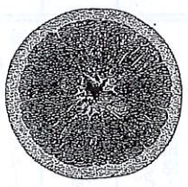
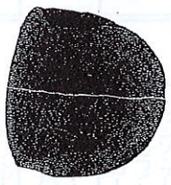
よく見てみよう！ 野菜や果物のたね

種の中には、植物の赤ちゃんと大きくなるための栄養が入っています。種はいろいろな色や形をしているので、身近な野菜や果物の種は、どうなっているのかを、改めて子どもたちと見てみませんか？

このたね　なんの　たね

たねと　たべものを　せんで　むすんで　みよう

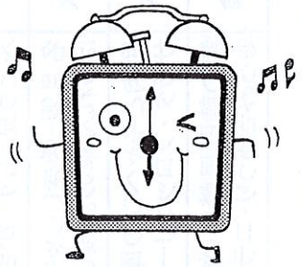


ピーマン（ぴーまん）	オレンジ（おれんじ）	かぼちゃ	すいか
			

こたえ　①すいか　②かぼちゃ　③オレンジ　④ピーマン

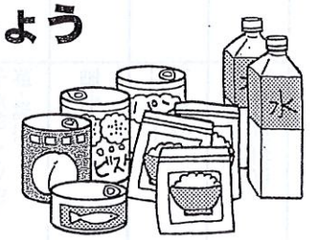
乱れていませんか？　生活リズム♪♪

生活リズムが乱れて、朝からあくびをしていたり、元気に活動できていなかったりしていませんか。生活リズムをととのえるには、早起きをして朝の光を浴び、朝ごはんを食べて、体を目覚めさせます。そして、昼間はしっかり体を動かして、夜は暗い部屋でぐっすり眠ることが大切です。

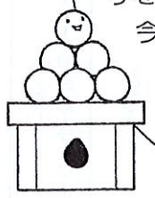


防災の日　食品の備蓄を見直しましょう

9月1日は防災の日です。食品の備蓄は、水やレトルトごはん、缶詰、菓子などを用意し、栄養が偏らないように注意しましょう。普段から日常的に利用している食品を多めに購入して、循環させながら備える方法もあります。



月見の話



月見は、旧暦の8月15日（十五夜）と9月13日（十三夜）に、だんごやススキ、さといもなどの秋の実りを供えて、月をめでる行事です。

今年の十五夜は9月15日で、十三夜は10月13日です。美しい月を眺めてみませんか。

敬老の日

9月の第3月曜日は、敬老の日です。おじいちゃんやおばあちゃんを敬って、一緒に会食するなどしてみんなで楽しくすごしましょう。