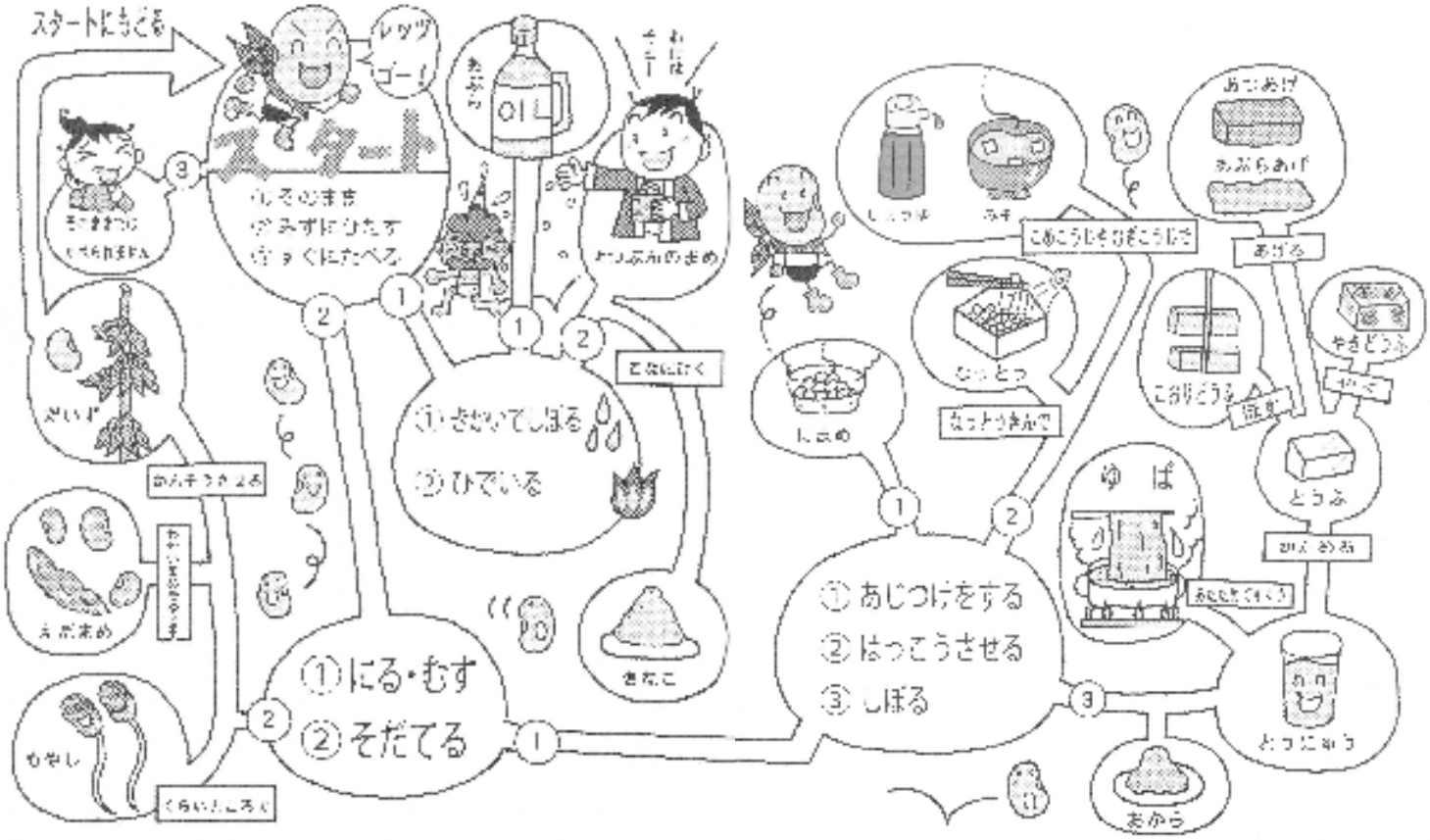
寒い日が続いていますが、土の中に眠っていた植物の芽が顔を出すなど、少しずつ春の気配が感じられるようになりました。かぜやインフルエンザがはやっています。手洗い・うがいはもちろん、野菜たっぷりの食事と十分な睡眠で、体調をくずさないように気をつけましょう。

## ◆◆◆◆◆◆◆ 節分です！！大豆のひみつ ◆◆◆◆◆◆◆

節分といえば「豆まき」。豆まきといえば「大豆」です。大豆は栄養たっぷりの豆で、日本では昔からいろいろな食べ物に加工しておいしく食べられてきました。

体は小さいけれど「畑の肉」といわれるくらい、たくさんの栄養があるよ。

ぼくは、いろいろな食べものに変身しているよ。２月３日～７日までの１週間、給食でのぼくの変身ぶりを見ててね！

## ＊＊＊＊＊＊　だいずのへんしんめいろ　＊＊＊＊＊＊