

11月5日のしょくいくメモ

プロバスケットチーム

とうきょう

はちおうじ

「東京八王子トレインズ」の



げんき

おうえん

元気応援メニューは、



ごはん



体が大きくなる小中学生のころは、とにかくごはんをしっかりと食べるようにしていました。

けがをしにくい、バスケットに集中できる、体調がよいなど、とても丈夫な体になりました！

自分の体のために、バスケットのために、今もごはんをしっかりと食べます！



みなさんの将来の夢は何ですか？ごはんは成長するみなさんに必要な食べ物。丈夫な体を作って夢をかなえるためにも、ごはんをしっかりと食べましょう！