



輝け!未来

まつもと・しゅんぺい

松本

駿平さん

相良小6年

波津区



ぼくの将来の夢は南極に行くこと 自分にできることを一生けん命頑張ります

ぼくの将来の夢は、南極へ行くことです。南極にはクジラやペンギンがいるからです。また、南極では、まれにダイヤモンドダストを見ることができます。南極は寒さがとても厳しいけれど、その中で自然を感じてみたいです。将来の夢をかなえることができるように、今、自分にできることを一生けん命がんばります。

ペン置いてー編集幸記

▼牧之原市が全国に誇る「お茶」。今さら言うまでもないことかもしれませんが、お茶には風邪予防や免疫力向上など、数多くの健康効果が認められています▼私たちの生活に暗い影を落とす「新型コロナウイルス」に対する効果は証明されていませんが、以前小学生を対象に行われた調査では、緑茶を1日1〜5杯、週6日以上飲むと、インフルエンザの発症が約40〜50パーセント減少したとのこと（静岡県HPより）▼これは、お茶に含まれる「カテキン」にインフルエンザウイルスがのど粘膜に付くのを抑える効果があるほか、カテキンの一種「エピガロカテキン」やお茶のうまみ成分「テアニン」、ビタミンCに免疫力を高める効果があるため。さらに「テアニン」にはストレス抑制に効果があるという報告もあるといえます▼先行きの見えないう「コロナ禍」の今だからこそ、おうちでゆつくり「静岡牧之原茶」を飲んでみませんか。

