

# 5月 7日 (火)

## しじんぜんめぐかんしゃ 自然の恵みに感謝しよう！



たるもの 食べ物のおかげで、わたし  
けんこうたも 健康を保つことができます。  
たはたそだたもの たいようの  
ひかりくうきみず ものだ  
光や空気、きれいな水などで育  
ちます。自然の恵みに感謝して  
た食べましょう！

### きょうのこんだて

ごはん  
ぎゅうにゅう  
にくじやが  
きゅうりのかつおうめふうみ  
えだまめ

き	(おもにエネルギーのもとになる) ごはん、じゃがいも、さとう あぶら
あか	(おもにからだをつくる) ぎゅうにゅう、ぎゅうにく けずりぶし、かつおぶし
みどり	(おもにからだのちょうしをととのえる) たまねぎ、にんじん きゅうり、ぱいにく えだまめ

クイズ1 枝豆が熟すと、どの豆になるでしょうか。

- ① あづき ② くろまめ ③ だいす

### 一口メモ

れいねん とおかなが  
○例年になく10日と長かったゴールデンウィークも終わり  
ました。元号も平成から令和になりました。



きょう がっこう せいかつ ととの  
今日からまた学校です。生活のリズムを整えて、  
まいにち げんき がっこう く  
毎日、元気に学校に来るようにしましょう。

かみふくしましようがっこう とく  
上福島小学校で取り組んでいる「はやね、はやおき、  
あさ 朝ごはん、はいべん」を行うといいですね。

きゅうしょく きょう はじ がっこう あたま からだ  
○給食も今日から始まります。学校でしっかりと頭と体を  
うご きゅうしょく た 動かして、給食もモリモリ食べましょう。



きょう ふくさい  
今日は副菜に「えだまめ」がついています。

きゅうしょく  
給食のえだまめは、しおをふりかけて、  
や ものき む  
焼き物機で蒸しました。

しううかく  
えだまめを収穫せずに  
はたけ 畑においておくと  
ちゃいろ 茶色くなってだいす  
になります。



牛肉	北海道	にんじん	長崎県	梅肉	和歌山県
たまねぎ	佐賀県	じゃがいも	長崎県	えだまめ(冷)	台湾

ごみの分別□普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：③