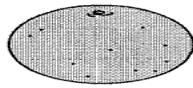


## 3月16日(木)

## はっさく



かぜをひきにくくしたり、<sup>ひ</sup>皮ふを強くしたりするビタミンCが<sup>おほく</sup>多く含まれています。  
主<sup>おも</sup>に<sup>からだ</sup>体の<sup>ちようし</sup>調子を整える<sup>はたら</sup>働きのある<sup>みどり</sup>緑のグループの食べ物です。

はっさくは、<sup>ひろしまけん</sup>広島県で生まれた<sup>くだもの</sup>果物です。  
<sup>すすかわ</sup>薄皮の<sup>あか</sup>袋を開いて、<sup>くだもの</sup>果肉の部分を食べましょう。



## きょうのこんだて

コッペパン(バター)  
きゅうにゅう  
けいにくのカレーふうみやき  
ようふうに  
はっさく

き	おもにエネルギーのもとになる コッペパン、バター あぶら、じゃがいも
あか	おもにからだをつくる きゅうにゅう けいにく、ぶたにく
みどり	おもにからだのちょうしをととのえる キャベツ、たまねぎ だいこん、にんじん えだまめ、はっさく

クイズ12 はっさくを一番たくさん作っている県はどこでしょう。

- ① <sup>ひろしまけん</sup>広島県 ② <sup>徳島県</sup>徳島県 ③ <sup>和歌山県</sup>和歌山県

## 一口メモ

今週は、「食育週間」です。食について考えましょう

○今日のデザートに、みかんのなかまの「はっさく」です。

はっさくは、日本が<sup>にほん</sup>原産の<sup>げんさん</sup>くだもの<sup>え</sup>です。江戸時代末期に<sup>ひろしまけん</sup>広島県<sup>おのみち</sup>尾道市<sup>いののしまし</sup>因島田熊町(むかしの<sup>じょうど</sup>因島市)の<sup>はっけん</sup>浄土寺で発見されました。はっさくと名前がついたのは、<sup>じゅうよく</sup>浄土寺の住職が「八朔には食べられる」といったことから名づけ



られたといわれています。

はっさくとは、八月朔日を<sup>はちがつさくじつ</sup>短くした<sup>みじか</sup>ことばです。むかしの8月1日(いまでいう8月下旬から9月ごろ)のことです。

はっさくは、さわやかな<sup>かお</sup>香りとほどよい<sup>さんみ</sup>あまさや酸味があります。独特の<sup>どくとく</sup>ほろ苦さもある<sup>にが</sup>くだもの<sup>がつけじゅん</sup>です。12月下旬ごろから<sup>しゅうかく</sup>収穫して、1～2か月ほど<sup>げつ</sup>冷暗所で<sup>れいあんしょ</sup>貯蔵して<sup>ちようぞう</sup>酸味<sup>さんみ</sup>をおちつかせてからスーパーなどに出回ります。

上福島小学校にもまだまだ小さいですが、はっさくの<sup>き</sup>木があります。

○今日で6年生は、小学校で<sup>きょう</sup>食べる<sup>ねんせい</sup>給食も<sup>しょうがっこう</sup>最後です。みなさんが<sup>た</sup>入学の<sup>きゅうよく</sup>時に<sup>さいご</sup>PTAから<sup>にゅうがく</sup>いただいたお盆は、記念に家に持って帰って下さいね。

【おまけクイズ】「<sup>おおさかしりつ</sup>大阪市の<sup>ちゅうがっこう</sup>中学校に進学する人は、<sup>しんがく</sup>小学校と同じ<sup>ひと</sup>給食を食べる。」○でしょうか。×でしょうか。

- ① ○ ② ×

じゃがいも	北海道	たまねぎ	北海道	だいこん	香川県
にんじん	鹿児島県	キャベツ	愛知県	むきえだまめ(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 おまけクイズの答え：①

