



上福島小学校 食育通信

令和5年度6月食育週間【6/19(月)~6/23(金)】

一口メモ

○今週は、6月の食育週間です。食育通信をタブレットで見る
ことができるようになります。毎日のキーワードからできる
ことば言葉をあててみてくださいね。

○上福島小学校では「早ね・早起き・朝ごはん・はいべん」の



きそく正しい生活習慣が身につけられるように学期に1回「生活ふり返り週間」を設けています。1学期は5月に「生活ふり返り週間」でした。自分で生活目標を決めて1週間をふり返ります。6年生の「早ね早起きできるようにがんばる」と目標を立てた子は、「朝早く起きることができた。」おうちの方からは「早起きはがんばっています。これから暑い日も増えて疲れもたまりやすくなるから早く寝て睡眠時間をしっかりと確保しましょう」とありました。きそく正しい生活習慣が身につけられるようにしていきましょう。

○今日の給食は、「パンプキンパン、牛乳、ウインナーの



ケチャップソース、スープ、キャベツとさんどまめのサラダ」です。給食では、5月と6月に生のさんどまめが使えます。今日は、キャベツと合わせて手作りドレッシングでみました。学習園には、5年生が発芽実験をしたあとに植えたインゲンマメが実っています。インゲンマメは、さんどまめのことです。

【クイズ】 今日の給食のパンは、パンプキンパンです。パンプキンは、なんでしょうか。

- ① にんじん ② さつまいも ③ かぼちゃ

昨日のクイズの答えです。②クリーム色です。オクラは、きれいな花を咲かせます。

答えは、明日の通信でお知らせします。



キーワード

