

# 12月18日(木)

寒くても・・・

## しっかり手を洗いましょう！



つめはみじかく切り、  
清潔にしましょう。



インフルエンザや  
ノロウイルスが原因  
の食中毒がはやる  
季節です。しっかり  
手を洗って予防しま  
しょう。

クイズ 14 給食で使っている「ほたて貝」は、どこの海でとれたものでしょう？

①和歌山県

②北海道

③富山県

きょうのこんだて

ほたてがいのクリームシチュー  
キャベツとさんどまめのサラダ  
りんご  
レーズンパン  
ぎゅうにゅう

あか	(おもにからだをつくる) ぎゅうにゅう・けいにく・ ほたてかいばしら・
き	(おもにねつやちからのもとになる) じゃがいも・サラダあぶら・ こむぎこ・さとう
みどり	(おもにからだのちようしをととのえる) たまねぎ・ほうれんそう・ にんじん・キャベツ・ さんどまめ・りんご

今週は、今年最後の「生活振り返り週間」と「食育週間」です。

### 一口メモ

○今日の児童集会は「お誕生日集会」でした。12月生まれの人が、〇歳になったから「縄跳び90回跳べるようになりたい」、「登り棒の上まで登れるようになりたい」、「漢字をもっとていねいに書きたい」、そして「テストのミスをなくしたい」など、一人一人が自分の思いを発表してくれていました。

○その思いをかなえるために何がまず大切なのか考えてみてください。例えば、縄跳びなら、100回以上跳べる人にコツを聞いてみるとか、観察するとか、先生にアドバイスを受けたら素直に聞いてやってみるとか、いろいろ手立てはありますね。

○それと、自分が決めたことを実践するためには、やり通そうとする強い気持ちと、やり通すことができる体の力が必要です。

○その心と体の強さは、特別な一日ではなく、毎日毎日の生活の積み重ねから生まれてくるのです。素直な心で、「早寝・早起き・朝ごはん」そして「排便」を実践してみましょう。以前より、やる気のある、集中力のある、あきらめない自分に出会えるはずですよ。

今日の「ほたて貝のクリームシチュー」は、ほたて貝と旬のほうれん草のおいしさが特徴です。ほたて貝は小さくカットしてあります。りんごは、山形県産のふじです。



### 産地調べ

ほたて貝	北海道	たまねぎ	北海道	キャベツ	愛知県
じゃがいも	北海道	ほうれん草	徳島県	りんご	山形県

ごみの分別 □普通ごみ…牛乳キャップ □今日のプラごみ…牛乳フード

クイズの答え：②