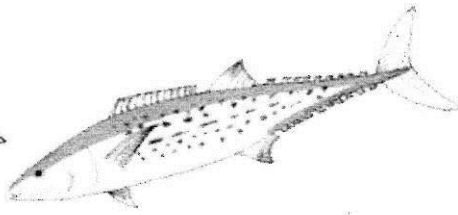


6月27日(月)

さごしは、さわらが
小さい時の呼び名な
んだよ。



さごし

さごしは、^{たいちょう}体長が40～50センチメートルあります。
^{ほっかいどうなんぶ}北海道南部から^{きゅうしゅう}九州まで日本のまわりの海や^{うみ}瀬戸内海に
すんでいます。

きょうのこんだて

さごしのしおやき
みそしる
ぎゅうひじきそぼろ
ごはん
ぎゅうにゅう

あ	(おもにからだをつくる)
か	ぎゅうにゅう・さごし・ひじき あかみそ・しろみそ だしこんぶ・けずりぶし ぎゅうひきにく・うすあげ
き	(おもにねつやちからのもとになる)
み	ごはん・サラダあぶら・さとう
ど	(おもにからだのちようしをととのえる)
り	かぼちゃ・たまねぎ・キャベツ にんじん・だいこんば・しそ

今週は「生活振り返り週間」です。

クイズ19 ^{あお}「青じそ」の葉は別の名前でよばれることがあります。それは何

①ハーブ

②なっ葉

③大葉

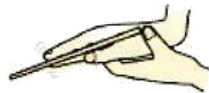
一口メモ

〇はしは正しく使えていますか？

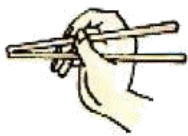
①正しいえんぴつの持ち方ではしを1本持つ。



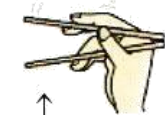
②上のはしを「1」の字を書くようにたてに動かす。



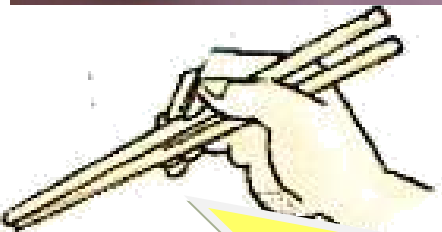
③もう1本のはしを親指のつけ根と薬指の先ではさむ。



④上のはしだけを動かすように練習する。



↑
下のはしは動かさない



はしの持ち方と、えんぴつの持ち方には、共通するところがありますね。

日本では、昔からはしを使って食事をしてきました。ですから、はしの使い方のマナーがあります。マナーは、相手への思いやりの心ですね。

文部科学省「食に関する指導の手引」より抜粋

まよいばし	なみだばし	さしばし	もちばし	よせばし
どれを食べようか、迷ってはしを動かすこと。	遠くからはさんで汁を垂らしながら、はしを動かすこと。	はしで食べ物をさして、食べること。	はしを持ったまま、食器を同じ手で持つこと。	はしで食器をよせること。

さごし	韓国	キャベツ	愛知県	にんじん	兵庫県
かぼちゃ	鹿児島県	たまねぎ	兵庫県	しそ	愛知県

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：③