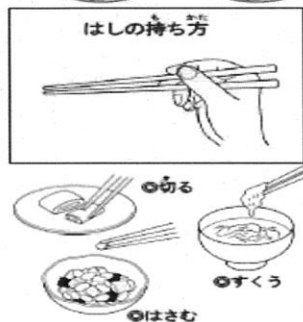
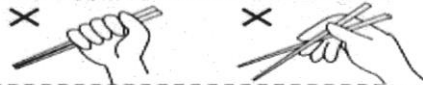


6月1日 (木)

はしを上手に使いましょう



こんな持ち方をしていますか？



はしを上手に使うと、食べやす
いだけでなく、見ていて気持ち
がいいです。
正しい持ち方を身につけま
しょう。

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

あか	(おもにからだをつくる) さごし、ぎゅうひきに、 うすあげ、あかみそ、しろみそ、 だしこんぶ、けずりぶし、 ひじき、ぎゅうにゅう
き	(おもにねつやちからのもとになる) さとう、サラダあぶら、ごはん
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、にんじん、 かぼちゃ、だいこんば、しそ

クイズ1 はしの使い方とどれから食べようかによって、料理の上をあちこち
動かすことは、よくありません。荷ばしというのでしょうか。

① さしばし ② よせばし ③ まよいばし

一口メモ

○「歯と口の健康強調週間」の4日目のかむかむメニューは
「ごはん」です。担任の先生の指示に従って、一口30回
よくかんで食べましょう。食後は、「歯みがきサンバ」に合
わせて、しっかり歯磨きをしましょう。

○今日の児童集会は、健康委員会が「あ、い、う、べ体操を
してみんな元気になろう」で発表しました。

口を閉じたときに、舌の先はうわあごに近いほど舌の
筋肉が強い位置です。鼻呼吸を行うことで、
ウイルスの侵入を防ぎ、かぜやインフルエンザの予防に
つながります。今日から毎日30回続けて行い、今年は、
インフルエンザにかからないようにしましょう。

今週は、「歯と口の健康強
調週間」と「生活振り返り
週間」です。健康について
しっかり意識する1週間
です。



今週の生活目標は
「ていねいに歯を
みがこう」なので、
やってみましょ
う。

あいうべたいそうをみんなでしよう



○今日の給食の「牛ひじき
そぼろ」は、最後にしそを
入れて風味づけをしまし
た。



風味づけ
のしそ。



たまねぎ	佐賀県	キャベツ	愛知県	だいこん葉	熊本県
かぼちゃ	鹿児島県	にんじん	長崎県	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