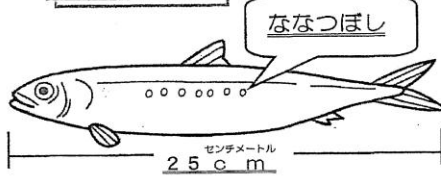


12月5日(木)

いわしについて

いわしには、マイワシやウルメイワシ、カタクチイワシなどがありますが、最も多く出回っているのがマイワシです。マイワシは、体の大きなもので25センチメートルほどあります。



体に黒い点が7個ならんでるのが特ちょうで、「ななつぼし」とも呼ばれています。

きょうのこんだて

いわしのしょうがにのっぺいじる
ぶたにくのきんぴら
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・いわし・けいにく・うすあげ・きりこんぶ・かつおぶし・ぶたにく
き	(おもにねつやちからのもとになる) ごはん・でんぷん・さとう・さといも・ごまあぶら・いりごま(しろ)
み	(おもにからだのちょうしをととのえる)
ど	しょうが・はくさい・だいこん・みつば
り	なましいたけ・にんじん・ごぼう

クイズ4 「のっぺいじる」には、すこし「とろみ」がついています。何を使って「とろみ」をつけているでしょう？

- ①米粉 ②でんぷん ③さとう

一口メモ

○「歯と口の健康強調週間」の4日目です。今日のかむかむメニューは「いわし」です。しっかり30回かみましょう。
○4年生は、はじめての委員会活動に意欲的に取り組んでいます。手作りの指導用グッズを携えて、各教室を巡回しています。

健康委員会の4年生



○昨日は2年生と5年生の教室に行きました。30回かむときに、歯型を動かすと、知らず知らずかむことに集中できていました。とても素敵なアイデアです。

2年生の教室で



5年生の教室で



○6年生は、お重代わりの紙箱に、とても上手に「おせち料理」を盛り付けることができました。金時にんじんで、梅型の飾り切りをしました。少しの工夫で、とてもお祝いらしさが出ました。にんじんの切れ端もすべて残さずいただきました。さつまいものお礼に、1・2年生に「きんとん」をおすそ分けしました。



にんじんの飾り切りに挑戦しました。