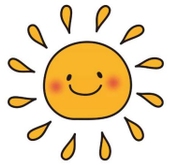
きゅうしょくだより

2022(令和4)年
7月号
茨木市立耳原小学校

暑い日が続いています。

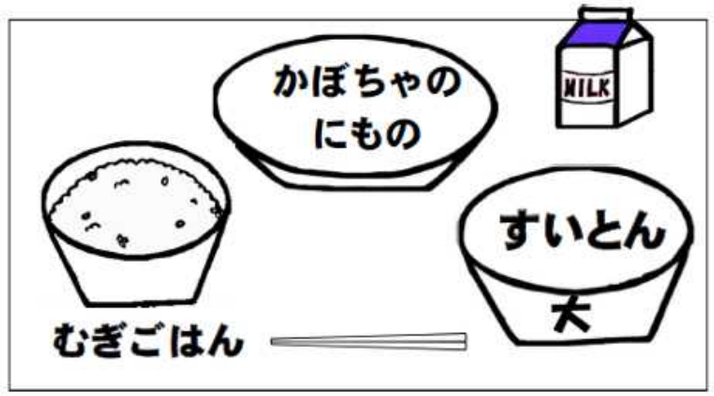


水分補給をしっかり行い、夏バテに注意しましょう！

7月8日(金)の給食は「平和を考える献立」です。

耳原小学校では5月に6年生が広島に修学旅行に行き、平和について学んだことを朝会で発表してくれましたね。もう一度平和の大切さや、食べ物の大切さを考えてみましょう。

７月８日（金）



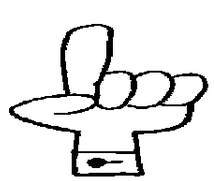
今日は、戦争中や戦争直後に食べ物が不足し、飢えに苦しんでいた時代に人々が食べていた献立です。

「**すいとん**」は、小麦粉を水でねってだんごにしたものを、汁で煮込んだ料理です。

お米が不足していた時代なので、これをごはんのかわりに食べていました。

世界中では、今も戦争で家や家族をなくし、食べるものがない子どもたちがたくさんいます。平和の大切さ、食べ物の大切さを考えてみましょう。

8日(金)の日めくりカレンダーです。教室でも読んでみてくださいね。



7月の給食目標は…

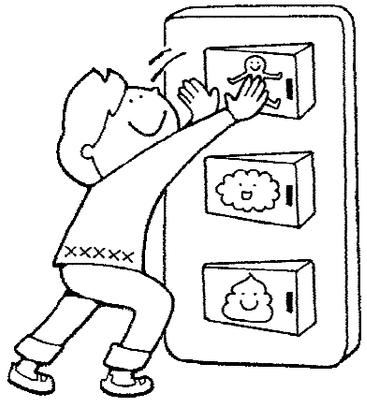
朝ごはんについて考えよう！です

朝ごはんを毎日食べていますか？

私達の脳や体は、眠っている間も動いているので、朝起きた時はエネルギーが不足しています。

朝ごはんを食べて体にエネルギーを補給しましょう！

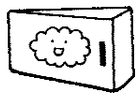
朝ごはんで3つのスイッチ　オン！



① 体のスイッチ

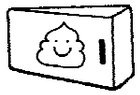
体温が上がり
元気に活動できます。

② 頭のスイッチ



脳にエネルギーがとどき、
脳の働きが活発になります。

③ おなかのスイッチ



胃や腸が動いて
おなかがすっきりします。

朝ごはん　ステップアップ　1・2・3！！

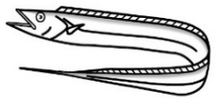
朝ごはんにパンやごはんだけを食べている人は、野菜や肉や魚、たまごなどのおかずを追加して、少しずつステップアップしてみましょう！！

夏の食べもの漢字クイズ

どこから伝わったか、漢字を見るとわかる食べものもあるよ!

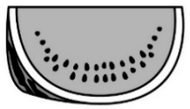
夏においしい食べものを、□の中に漢字で書いてみましょう。
バラバラになった漢字カードがヒントです。

⑨ □たち □うお



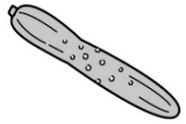
⑧ □うに

⑦ すいか



⑤ かぼちゃ

③ きゅうり



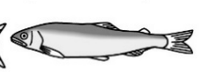
①

「瓜」という漢字が3つもあるね!

⑥ □もも

④ □いわし

② □あゆ



南	海	瓜	鰯	太	
魚	刀	胡	桃	西	
瓜	豆	鮎	枝	胆	瓜

漢字クイズこたえ　①枝豆　②鮎　③胡瓜　④鰯　⑤南瓜　⑥桃　⑦西瓜　⑧雲丹　⑨太刀魚

七夕とそうめん

7月7日は七夕です。七夕は、この日の夜に天の川の両岸にある「ひこぼし」と「おりひめ」が、年に1度だけ会うことができるという伝説に基づいた星祭の行事です。

この日によく食べられるのがそうめんです。

細いめんを天の川に例えたり、織姫の織る糸に見立て、裁縫の上達を願います。

また、織姫と彦星が天の瓜を間違えて割ってしまい、瓜から出た水があふれて天の川が出来たというお話もあります。

7日の給食は、大おかずが七夕献立の「たなばた汁」、小おかずが日本の味めぐりとして和歌山県の「鶏肉の梅肉焼き」が登場します！

☆調理員さんにインタビュー☆

1年生が生活科の授業で学校で働く人にインタビューをしています。調理員さんにもインタビューに来てくれました。

「おひるごはんはなにをたべていますか？」「どんなあいさつがうれしいですか？」

「きかいでつくっていますか？ひとの手でつくっていますか？」

その日に使う野菜や、道具を見せながら調理員さんは質問に答えてくれました。

大きなお玉とヘラを使います♪
みんなより大きいかも!?

2〜6年生のみなさんは、調理員さんの答えがわかりますか？