

食育だより



令和2年
9月号

毎月19日は食育の日です。(HPのレシピ更新予定日です。)

鋸南町学校給食センター

おはしの使い方^{つか}をマスター^{かた}しよう!

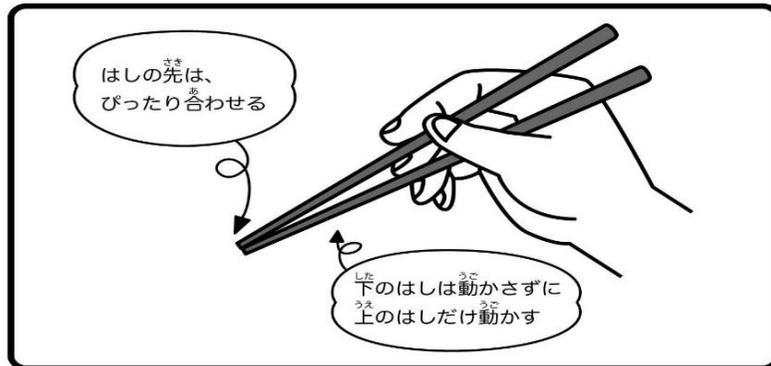


◎おはしはなぜ^{つか}使うの?

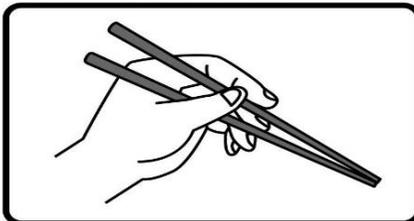
おはしは、バラバラの2本の棒^{ぼう}を持って使うので難しいですね。でも、上手に使えるようになれば、食べものをつまんだり、はさんだり、まぜたり、運んだり、いろいろなことができるようになる、魔法^{まほう}の棒にかわります。そして、日本の食事の多くは、おはしだけで食べられるように工夫されています。おいしく食事をするためにも、おはしの使い方をマスターしましょう。



★おはしを正しく^{ただ}持つ練習^もをしてみよう!



ひだり 左ききの人の持ち方



1 上のはしは、えんぴつを持つように、親指、人さし指、中指で持つ。

2 「1の字」を書くように、たてに動かして、上のはしの動きを練習する。

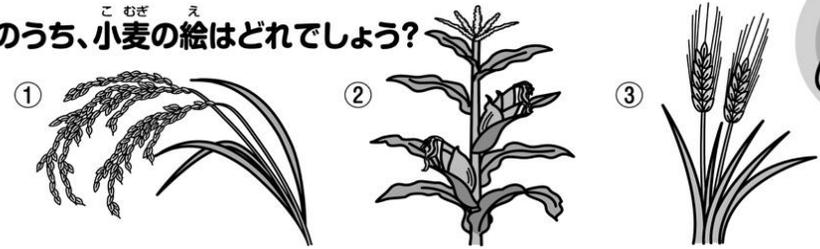
3 もう1本のはしを、親指のつけ根から、中指と薬指の間に通す。

4 上のはしだけを動かすようにして、はしの先をとじたり、開いたりする。

小麦^{こむぎ}あれこれクイズ



Q1. 次のうち、小麦の絵はどれでしょう?



Q2. 小麦はいろいろな食品に加工されています。おもに小麦を使う加工品に○をつけましょう。



Q3. 次の文章は、小麦について説明している文章です。空いている[]に、
[]の中から言葉(番号)を選んで書き入れましょう。

- ① 小麦粉 ② 主食 ③ 天ぷら ④ 世界 ⑤ シチュー ⑥ 料理

小麦は、[]の広い地域で作られ、[]として食べている国もあります。製粉した[]は、さまざまな[]に姿を変えて、[]のルーや、[]の衣にも使われています。

Q4. 日本には、小麦を使ったいろいろな郷土料理があります。料理名と府県名とを線で結んでみましょう。



こたえ Q1: ③(①は米(稲穂)、②はトウモロコシ) Q2: ①③⑤⑥⑨(②と⑩は米、④は魚、⑦は大豆、⑧はキャッサバというお味の加工品) Q3: ④②①⑥⑤③ Q4: おやきー長野県 お好み焼きー大阪府
せんべい汁ー青森県 皿うどんー長崎県 おつきりこみー群馬県