

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!

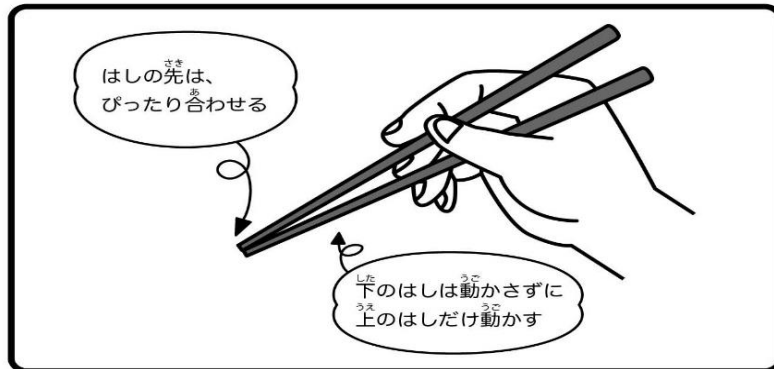


◎おはしはなぜ使う^{つか}の?

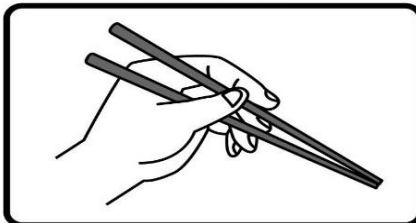
おはしは、バラバラの2本の棒^{ぼう}を持って使う^{もち}ので難しい^{むずかしい}ですね。でも、上手^{うまい}に使える^{つか}ようになれば、食べ^たものをつま^{つま}んだり、はさ^はんだり、まぜ^またり、運^運んだり、いろいろなこと^{こと}ができる^{できる}ようになる、魔法^{まほう}の棒^{ぼう}にかわります。そして、日本の食事^{しょくじ}の多く^{おほい}は、おはし^{はし}だけで食べ^たられる^{られる}ように工夫^{くわんぷ}されています。おいしく食事^{しょくじ}をする^{する}ため^{ため}にも、おはし^{はし}の使い方^{つかい}をマスター^ましましょう。



★おはしを正^{ただ}しく持つ^も練習^{れんしゅう}をしてみよう!



ひだり^{ひだり}左^{ひだり}き^{ひだり}の^{ひだり}人^{ひと}の^{ひと}持ち^{もち}方^{かた}



1 上^{うへ}のはし^{はし}は、えんぴつ^{えんぴつ}を持つ^もつように、親^{おや}指^{さし}、中^な指^{さし}で持つ。

2 「1」の字^じを書く^{かく}ように、たて^{たて}に動か^{うご}かして、上^{うへ}のはし^{はし}の動か^{うご}きを練習^{れんしゅう}する。

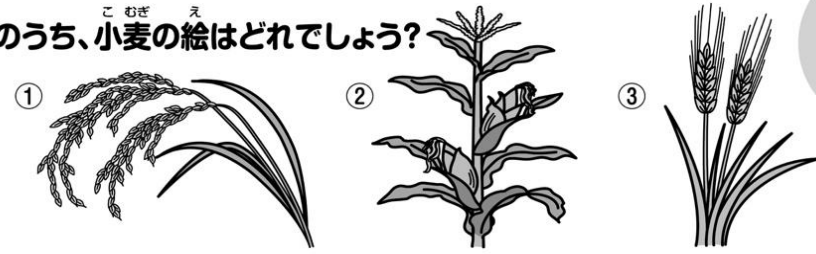
3 もう1本の^{もう}はし^{はし}を、親^{おや}指^{さし}のつけ^{つけ}根^ねから、中^な指^{さし}と薬^{くすり}指^{さし}の間に^{間に}通^とす。

4 上^{うへ}のはし^{はし}だけ^{だけ}を動か^{うご}かすようにして、はし^{はし}の先^{さき}をとじ^とじたり、開^ひいたりする。

小麦^{こむぎ}あれこれクイズ



Q1. 次のうち、小麦^{こむぎ}の絵^えはどれ^{どれ}でしょう?



Q2. 小麦^{こむぎ}はいろいろな食品^{しょくひん}に加工^{かこう}されています。おもに小麦^{こむぎ}を使う^{つか}加工^{かこう}品^{ひん}に○をつけ^{つけ}ましょう。



Q3. 次の文章^{ぶんしょう}は、小麦^{こむぎ}について説明^{せつめい}している文章^{ぶんしょう}です。空^あいている【】に、の中から言葉^{ことば} (番号^{ばんごう}) を選^{えら}んで書^かき入^いれましょ

- ① 小麦^{こむぎ}粉^こ ② 主^{しゅ}食^{しょく} ③ 天^{てん}ぷら ④ 世^せ界^{かい} ⑤ シチュウ ⑥ 料^{りょう}理^り

小麦^{こむぎ}は、【】の広^{ひろ}い地^ち域^{いき}で作^{つく}られ、【】として食^たべている国^{くに}もあ

製^{せい}粉^{ふん}した【】は、さまざ^さまな【】に姿^{すがた}を変^かえて、【】のル^ろーや、【】の衣^{ころも}にも使^{つか}われています。

Q4. 日本^{にほん}には、小麦^{こむぎ}を使^{つか}ったいろ^{いろ}んな郷^{きょう}土^ど料^{りょう}理^りがあ

りま^ます。料^{りょう}理^り名^なと府^ふ県^{けん}名^なとを線^{せん}で結^{むす}んでみま



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いもの加工品) 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