



し ょ く い く

食育つうしん



カラー版

★毎月19日は食育の日です。

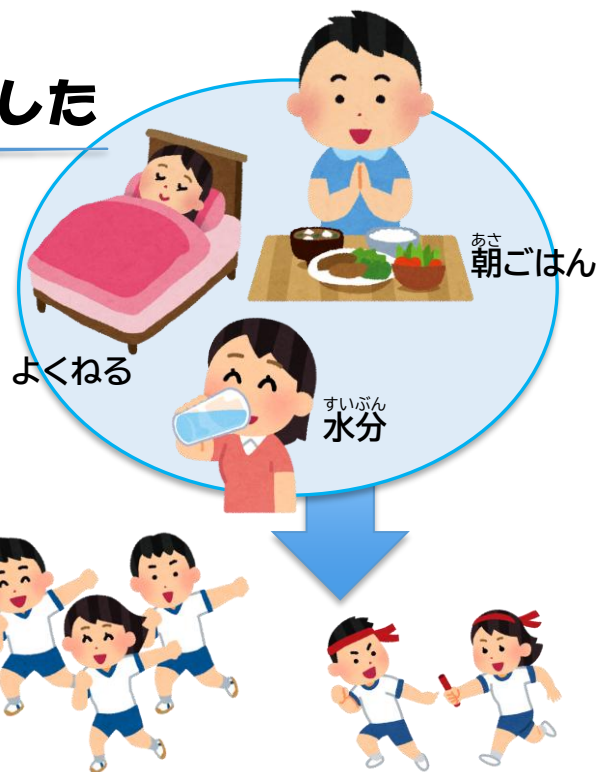
南高小の食育のめあて 「野菜を食べよう おはし名人になろう」

ぜんがくねん
全学年

運動会の練習が始まりました

運動会の練習が始まりました。いつもよりたくさん
体を動かす時ですね。汗もたくさんかきます。

毎日朝ごはんを食べていますか？ 朝ごはんを食べ
ると、体も頭も元気に動きます。しんどくなって
保健室に来る人の中には、「朝から何も飲んでいない」
という人がいます。のどがかわいていなくても、寝て
いる間に体の水分は失われています。そのまま登校
すると、しんどくなったり、熱中症にかかりやすくなっ
たりします。起きたらまず水やお茶を飲むことは、とて
も大切です。運動会に向けて力を出す秘訣は、よく寝
る・朝ごはん・水分補給です。（もちろん、給食もね^^!）



1年生

みんな だれかに(どうとく)

牛乳のカルシウム(カルちゃん)について知った後、牛やにわ
とりからミルクや卵をもらっていることについて考えました。

うしさん、かるちゃんくれてありが
とう。みんなかるちゃんで げんきに
すごせるよ。ありがとう。(1ねん)

こんげつ し ょ く い く
今月の食育

1・2年

「ぎゅうにゅうのカルちゃん」

5年(社会)

「これからの食糧生産」

ひまわり

や さ い
野菜スタンプ育て
た
オ
クラ
で！ほか
他

5年生

チャレンジ! 米作り(総合)

日本にほんで昔むかしから食べ継たつがれてきた米こめが、どんなふうそだに育つのか。
社会しゃかいで米作りこめづくを学まなび、みんなたいけんで体験たいけんしています。



① 6月末がつまつに5年生が田植たうえた
コメの苗なえが…



② 夏休なつやすみが終わおるとこんなおおに大おきくなななっていまなした！
★



③ 稲いねを鳥とりや虫むしに食たべられないようにアミあみをかけなました。



④ JAジェイエーの方かたに稲刈いなかりの仕方しかたなど
を教おしえてもらもらいました。



⑤ 運動会うんどうかいが終おわつて、稲いねが黄金こかねいろ色いろ
になつてきたら収獲しゅうかくですよ！



⑥ ゴールは、家庭科かていで調理実習ちようりじしゅうをし
て、みんなみなで食たべること。育そだてた
米こめは、どんな味あじがするんだらう。
ちゃんそだと育そだつてくれるかな…

右みぎの答こたえを
かくしてやっやつて
みよう

お月見クイズ

1. お月見つきみ(十五夜じゅうごや)はいつ？
① 8月15日 ② 9月15日 ③ 毎年まいとしちがう

2. 関西かんさいの月見だんごつきみはどちら？

①



②



答こたえ

1. ③ 毎年まいとしちがう
今年ことしは9月25日がつにちです。

2. ② 昔むかしから十五夜じゅうごやは秋あきの収獲しゅうかくに感謝かんしゃ
里芋さといもなどを供そなえたので、関西かんさいの月見だ
んごは里芋さといもに似にて
いるそうです。



さといも



9月25日がつにちの給食きゅうしょくは「お月見献立つきみこんだて」です。お楽したのしみに！