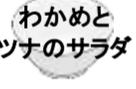
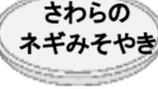
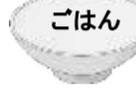
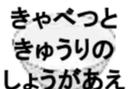




8月きゅうしょくはいぜんず



月	火	水	木	金
<p>1日を元気にスタート!!</p> <p>しっかり朝ごはんを食べるために あと10分早く起きてみよう!</p> 			<p>24</p> <p>れいとうみかん  ぎゅうにゅう</p> <p>わかめとツナのサラダ  とりにくのてりやき </p> <p>ごはん  おくずかけ </p>	<p>25</p> <p>トマト  ぎゅうにゅう</p> <p>ごもくきんぴら  さわらのネギみそやき </p> <p>ごはん  モロヘイヤとたまごのスープ </p>
<p>28</p> <p>れいとうパイン  ぎゅうにゅう</p> <p>きやべつときゅうりのしょうがあえ  ちぐさやき </p> <p>のりごはん  なすのみそしる </p>	<p>29</p> <p>ぎゅうにゅう</p> <p>チリコンカン  コーンコロッケ </p> <p>こめこフオカッチャ  なつやさいスープ </p>	<p>30</p> <p>オレンジ  ぎゅうにゅう</p> <p>きりぼしだいこんのもの  あじのあまずあんかけ </p> <p>ごはん  わかめのみそしる </p>	<p>31</p> <p>ヨーグルト  ぎゅうにゅう</p> <p>ひじきサラダ  チンジャオロース </p> <p>ごはん  トマトとたまごのスープ </p>	<p>8月31日は野菜(831)の日!</p> <p>野菜は体の調子を整えます。緑黄色野菜や淡色野菜を組み合わせ、たくさんの野菜を食べましょう!</p> 
<p>冷凍パインは夏にピッタリな冷たいデザートです。パインは「パインアップル」「パイナップル」とどちらの呼び方も正しいんです。</p>	<p>チリコンカンは、アメリカ南部の家庭料理です。肉や大豆をトマトソースで煮込む料理です。</p>	<p>大根を細く切り乾燥させた「切り干し大根」は栄養たっぷり。骨の成長に欠かせないカルシウムが生の大根の20倍です!</p>		



8月4日は『はしの日』



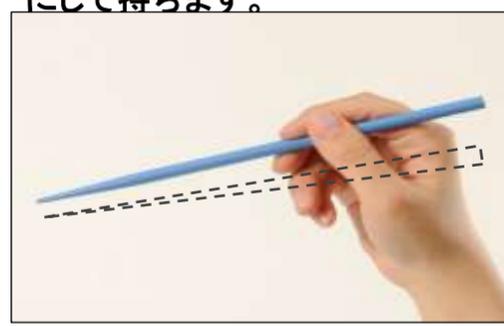
「箸」を正しく持つことで「切る」「つまむ」「剥がす」「混ぜる」など、様々な箸の使い方が容易にできるようになります。『はしの日』にちなんで、もう一度箸の持ち方を確認してみましょう。

正しい箸の持ち方

①鉛筆を持つように1本を持ちます。上下に動かす練習をしましょう。



②2本目の箸を親指と人さし指の間から、差し込んで、薬指に乗せるようにして持ちます。



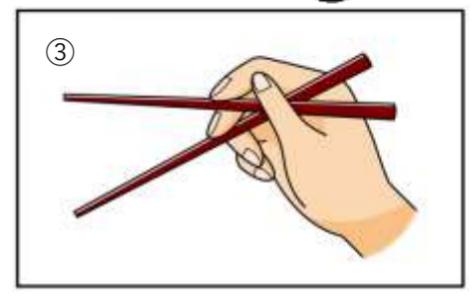
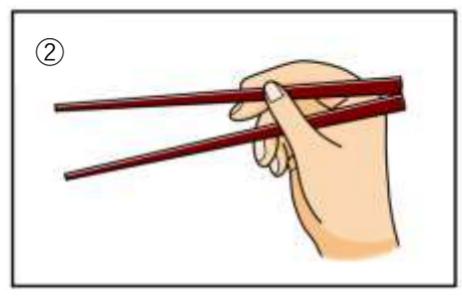
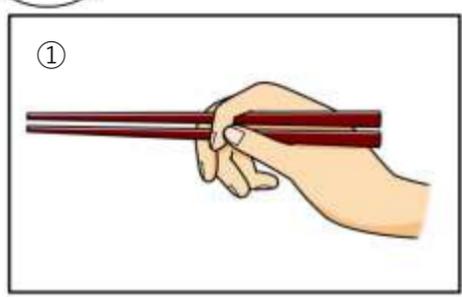
③下の箸を動かさずに、上の箸だけ動かしてみましょう。



これであなたも箸名人かも



はしクイズ 正しく箸を持っているのはどれかな?



② ちがう