

きゅうしょくしつ てがみ
給食室からのお手紙

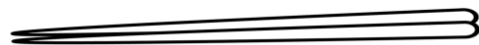


- ・ひじきのにももの
- ・まめあじのなんばんづけ
(あたまは ひだり)



わかめ
ごはん

だいこんの
ごまみそしる



ひとくち 20かい
いじょう よくかんで
たべましょう！



11 ... ペーノノ

6がつは
しょくいくげっかん



【^{まめ}豆^{あた}あじは^{まる}頭から丸ごと^た食べられます】

6月4日～10日は「^は歯^{くち}と^{けんこう}口の健康^{しゅうかん}習慣」です。^は歯^{くち}と^{けんこう}口の健康のためには、よく^か噛んで^た食べることが大切です。よく^か噛んで^た食べると^{だえき}唾液がたくさん出るので、^{むしば}虫歯や^{がん}ガンの^{よぼう}予防になります。^{のう}脳の働きも良くなるので、^{しゅうちゅうりよく}集中力もアップするそうです。さらに、よく^か噛むことで^た食べすぎを防ぎ、^{ふせ}肥満防止にもつながります。

今日の豆あじは、^{きょう}頭^{まめ}から^{あた}尾^おまで^{ほね}骨ごとバリバリと^た食べられます。よく^か噛んで^{じょうぶ}丈夫な^は歯^{つく}を作りましょう。

リッハーくん