



健口で楽しい食育

塩川食育通信



12月給食目標 健康と冬の食べ物について考えよう

献立のねらい 12月のサンマルちゃん献立を食べよう。
みんなで「カミング30」
かむことを意識して食べましょう。

12月7日(木)

ぐだくさんふりかけ

にこみごぼう
かぼちゃのサラダ



ゴロゴロや
むぎごはん さいスープ



よい歯の日塩川カミング週間4日~8日

ハイ!サンマルちゃんです

**お友だちが考えた
サンマルちゃん認定
献立です。**



堂島小 2年 花見由良さん「具だくさんふりかけ」
 加納小 6年 長瀬谷のどかさん「にこみごぼう」
 上三宮小 3年 高橋真生さん「わたしが考えたかぼちゃサラダ」
 会北中 2年 長谷川すずさん「ゴロゴロ野菜スープ」

カミングクイズ

放送による「サンマルちゃんのメッセージ」を聞いてから、クイズに答えよう!

クイズ ①イエス、②ノーで答えましょう。

問1 噛めば噛むほど、だ液の量は多くなる。①

問2 だ液には、さらさらだ液とネバネバだ液がある。①

問3 食べている時に使われるだ液は、ネバネバだ液である。②

問4 食事の時に多く出て、消化を助ける働きをするのは、さらさらだ液である。①

問5 ネバネバだ液は、役に立たないだ液である。②

※交感神経によってコントロールされるネバネバだ液は、侵入する細菌と戦い健康を守る働きがある。

