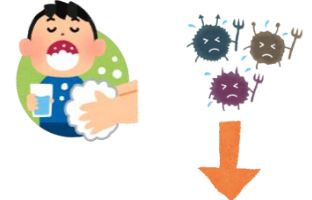


8月 しょくじのるーる

かぞくみんなでしょくじするとき みんなにまもってほしい
るーるがあるよ！ るーるをまもってみんなでたのしい
しょくじのじかんにしよう！

① しょくじのまえにてあらい うがいをわすれずに。



みんなのてにはたくさんのばいきんがついてい
ます。30びょうかぞえながらしっかりとあらいま
しょう。「もしもしかめよ、かめさんよ～」をうたう
と30びょうくらいになるよ！！

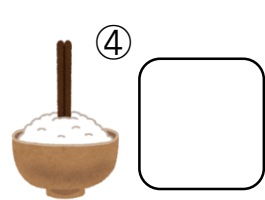
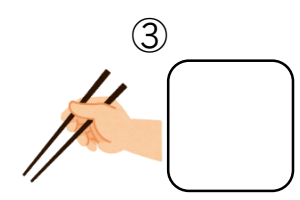
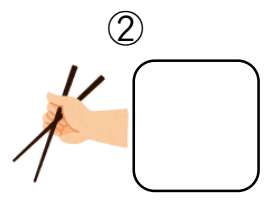
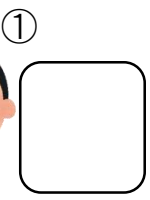
② しょっきをただしくならべましょう。



ごはんは
ひだり！

おつゆは
みぎ！

□のわくに
○か×か
かいてみよう！

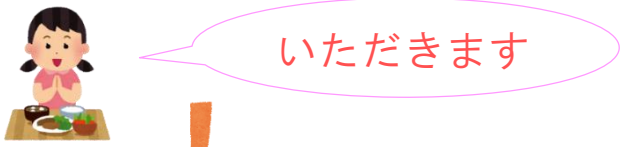


クイズ ただしいおはしのつかいかたはどれかな？

クイズの答え合わせ

- ①× お箸は食材をつまんだり、切ったりするための道具なので、口に加える事は誤りです。
- ②× 握り箸は特に幼児がやっけてしまいがちですが、お箸は本来2本使う物なので一握りにするのは誤りです。
- ③○ 正しく持つのが難しく時間がかかるとおもいます。気長にやさしく見守ってあげたいですね。
- ④× 仏箸は葬儀のときにのみ使用する箸の使い方なので、食事のときはマナー違反です。

③ げんきよくしょくじのあいさつをしましょう。
たべるまえには？



いただきます

④ しせいをよくして
よくかんで、たべましょう。



コーンパンを作ってみよう！

子ども達が苦手なピーマンや、かぼちゃを
刻んで入れる、アレンジもおススメです！

親子で一緒に
作ってみるのも
楽しいと思います☆

材料 (2枚分)

- ☆ホットケーキミックス 50g
- ☆マヨネーズ 小さじ1杯
- ☆コーン (缶詰でもOK) 10g
- ☆牛乳 25ml



作り方

- ① ホットケーキミックスとマヨネーズ、コーンをボールに入れてよく混ぜ合わせる。
- ② 牛乳を少しずつ加えて、普通のホットケーキよりやや硬めの生地に仕上げる。
- ③ 温めたフライパンに②の生地を流し入れ、弱火で蓋をしてじっくり焼く。
- ④ 片面にこんがり焼き目が付いたら、裏返して蓋をして焼く。
- ⑤ 両面がこんがり焼き目が付いたら完成！！

⑤ たべおわったあとのあいさつも
しっかりしましょう。



ごちそうさまでした

ごはんをつくってくれたひとや、
おやさい、おさかななどに
「ありがとう」のきもちを
わすれずにしょくじしようね！