

## 食べる、運動する、寝る、は、身体と心のための基本！！今月も「食育ドリルの日」です！

今回も「食感」がテーマですが、少し違った形で皆さんに試していただきましょう。

1、写真の状況をどう表現するか考えてください。

あなたならどんな言葉が浮かびますか？

の中に記入してください。



参考:ざくざく、しゃかしゃか

ぐらぐら

とんとん

ぱりぱり

2、次に、言葉から出発してみましょう。

生徒のいろんな発想でOKです。

下の言葉から、あなたはどんな食べ物、また料理の仕方を連想しますか？

ふくら	こふきいも、ごはん
しゃきしゃき	れたす、だいこん、野菜
ねとねと	納豆、長芋、おくら
さくさく	クッキー、りんご
ことこと	煮物、シチュー
ぱらぱら	塩、ふりかけ、パスタ
ふんわり	盛りつけ、パン
あつあつ	ごはん、ラーメン
ほっこり	ふかしいも
すっきり	酢の物、レモン、お茶

生徒のいろんな発想でOKです。

3、

今日の給食は、長野県の代表的郷土料理の（そば）です。

食べる時は、音を立てて食べ、のどごしと風味をしっかり感じましょう！