



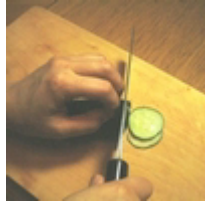

食べる、運動する、寝る、は、身体と心のための基本！！今月も「食育ドリルの日」です！

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。

|   |   |   |   |
|---|---|---|---|
|  |  |  |  |
| 米を  | お湯が   | きゅうりを   | せんべいを   |
| 研ぐ  | 沸いている   | 切る  | 食べる   |

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を、また料理の仕方を連想しますか？

|        |             |
|--------|-------------|
| ふっくら   | 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と感じましょう！