



学校だより

南条小学校 「かがやきの時間」の紹介



かかしづくり

2年1組 ^{たきざわ} 滝沢 ゆうき

ぼくたちは、大ずをつくっています。カラスに大ずをたべられないように、はんでかかしをつくりました。大きさは、せが高い男の人ぐらいで、形は人がTをしている形です。つかったものはむぎわらぼうしとふくです。ぼうしは、かみの毛みたいにしました。がんじょうになるようにくふうしました。大ずがおいしくなるように、かかしにまもってほしいです。

七夕まつり

2年2組 ^{しのはら} 篠原 もあ

1年生といっしょに七夕かざりをつくりました。1年生はおりがみがじょうずで、すごいなと思いました。クロームブックで七夕のうたをながしながらつくりました。さいごに1年生が「ありがとう、教えてくれて」と言ってくれました。わたしは、教えてくれてありがとうと言われたから、うれしい気持ちになりました。1年生と七夕かざりをつくれてうれしかったです。みなさんもぜひ、つくってみてください。



初めてだらけの田植え

5年1組 ^{あがつま りょうせい} 吾妻 諒星

初めて手植えをしました。初めて靴下で泥の中に足を入れました。すごくヌルヌルしていて手で植えると手の形に穴が空いてしまって難しかったです。毎日食べているお米を手で植えるとこんなに大変なんだなと感じました。



初めての田植え

5年2組 ^{かない ひろや} 金井 寛弥

僕は田んぼに入っても普通に立てると思ったけど、足を入れたら沈んでしまって、倒れそうになりました。倒れないように、手をついたら手も沈んでしまって大変でした。だけど、上手に植えることができよかったです。

1. 備える食品を考える

水
生命維持に欠かせない水は十分な量をとる必要があります。1人1日3リットルを目安に備えてください。

副菜になるもの
ビタミンやミネラル、食物せんいの供給源となるもの。野菜の缶詰、缶ジュースやインスタント味噌汁など。

主菜になるもの
たんぱく質を多く含む、おかずになり、保存のきくもの。缶詰やレトルト食品など。



主食になるもの
ご飯や麺、乾パンなどエネルギーになるもの。

3. ローリングストック法を実践

最小限備えるべき品物と量の準備をしたら、毎日の生活の中で使い、使った分を買い足していきます。いつも少し多めの状態をキープしておくのがコツで、古いものから順に使っていくようになります。



2. 備える量を考える

栄養のバランスを考えたら、家族の人数や好みも考慮して内容を決め、備蓄する量を計算します。お店には、防災コーナーがあるところもあるので、買い物のついでにチェックしておくのが参考になります。

9月1日は防災の日！
災害時の備えについて考えよう



食育だより

食育・学校給食センター
82-2559

