

しよくいくメモは、^{にちちよく}日直さんが^よ読んだり、^{きょうしつ}教室には^はったりしてね

12月22日のしよくいくメモ

12月22日 冬至のおはなし

12月22日は、『冬至』です。

一年で^{いちねん}昼が^{ひる}一番短く、^{いちばんみじか}夜が^{よる}一番長い日です。

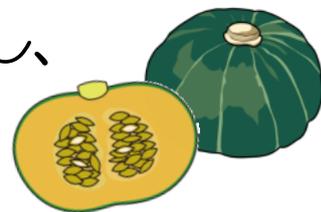
冬至のたべもの

◎**ゆず** お風呂にゆずを浮かべて入る「ゆず湯」

- ・ゆずの強い^{つよ}香りで^{かお}邪気(悪いもの)を^{しやき}追い払う。
- ・^{からだ}体を^{あたた}め、^{よぼう}かぜを予防。



◎**かぼちゃ** 目や鼻の^め粘膜を^{はな}強くし、^{ねんまく}かぜを^{つよ}予防。



◎「ん」のつくもの

かぼちゃ(なんきん)・にんじん・れんこん・だいこん・みかん など
運(う「ん」)がつく、^{しあわ}幸せになる！

^{きょう}今日の^{きゅうしょく}給食では、

^{ゆうや}夕焼けごはん

さわらのおろしソース (ゆず入り)

かぼちゃのすいとん みかん

しっかり^た食べましょう！

