

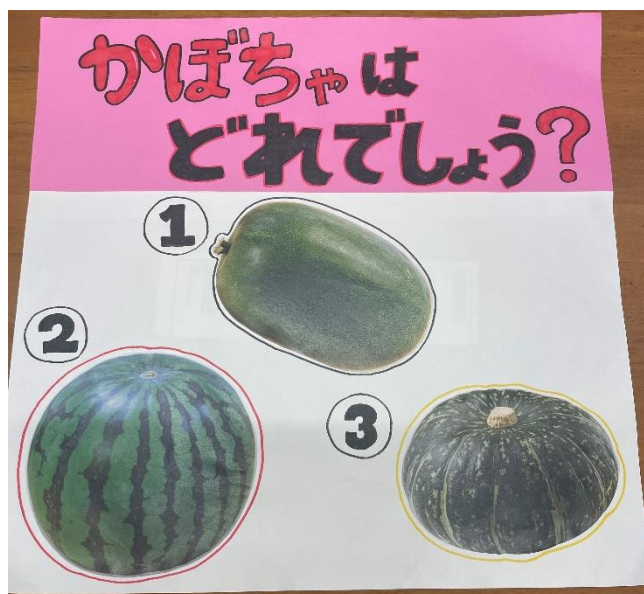
食育活動 2024 年10月24日



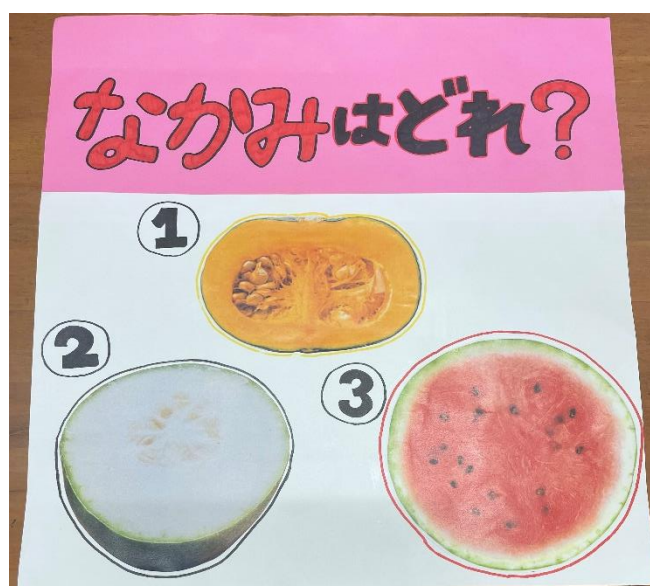
「かぼちゃ」のお話

今日はかぼちゃについてお話をするよ。まずは簡単なクイズを 2 問出すから答えてみね。

第1問 この中でかぼちゃはどれでしょう？



第2問 かぼちゃを切ったら中身はどうなっているでしょう？



実際にかぼちゃの中身を見てみよう！



かぼちゃの種を土に植えるとこんなに大きくなるよ！夏から秋にかけて収穫することができるよ。土の中じゃなくて土の上にかぼちゃができるんだね。

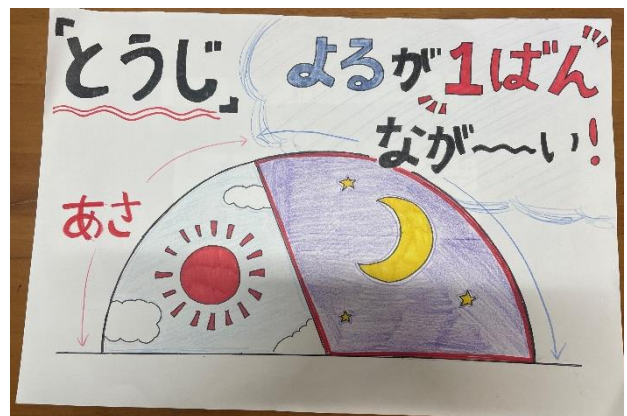


実はかぼちゃの中身、お母さんのお腹にいる赤ちゃんとおつくりなんだよ！びっくり！
かぼちゃの種は赤ちゃんで、ワタとへその緒は同じ働きをするんだって！



かぼちゃは冬至の日(12月21日)にも食べられる野菜だよ。

冬至の日というのは、1年の中で夜が1番長い日のことだよ。



かぼちゃを食べると病気になりにくいって昔から言われているから風邪をひきやすい冬至の日にはかぼちゃを食べるんだって。

かぼちゃにはたくさんの栄養があるから風邪をひきにくいだけでなくお肌がつるつるになったり、うんちが出やすくなるよ。みんなもたくさんかぼちゃを食べようね！



ちゅうりっぷ・たんぽぽ組



ひまわり組



もも・すみれ組



さくら組



ふじ組





今日の給食（ふるさと給食）

豆乳スープ

かぼちゃと鶏肉のごま照り炒め

大根とツナのあえ物

バナナ

