



給食室から 旬の野菜 トマトを食べよう



ーおいし〜いトマトの見分け方ー

底面（ヘタの反対側）から伸びる白い星のような線のあるものは、完熟していて甘みがとても強いです。皮に傷がなく、ハリとツヤがあるものもおいしいトマトの特徴です。ヘタは濃い緑色で上を向いていてしおれていないものが良いです。ぜひお買い物の際に注目してみてください！

《旬の食材》 なす とうもろこし おくら トマト

きゅうり ピーマンズucchini 枝豆

イワシ スイカ メロン



【夏野菜をしっかり、たっぷり、美味しく食べてこれからの暑い夏を乗り越えましょう】

＊7月の絵本＊

ー子どもたちに絵本を 絵本は心の栄養になりますー

『くもくもじまのカミナリいっか』 富安洋子 文 花山かずみ 絵

空に浮かぶくもくもじまに雷の一家が住んでいました。カミナリとうさんと、カミナリかあさん、そしてパッコ、ピッコ、プッコ、ペッコ、ポッコの5人の子どもたちです。朝ごはんは焼きたてのパンケーキを食べ終え、お仕事の時間です。カミナリ一家の仕事は雨を降らすこと。

家族みんなで太鼓を叩き、呼び集めた雨雲に乗って今日も仕事にでかけます。

末っ子のポッコも大張り切りですが、兄や姉に先こされてばかりです。

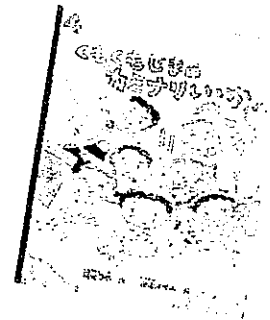
そこへ、「カミナリさーん！あめをふらせてくれませんか？」とちいさなちいさな声がきこえてきました。ポッコはあめを降らすことができるのでしょうか。

作者は「まゆのおはなし」シリーズでも人気の富安洋子さん。

やまんばのむすめまゆと同じで、頑張り屋さんのカミナリぼうやのお話です。

梅雨の時期、絵本を読んで雲を見上げてみませんか？

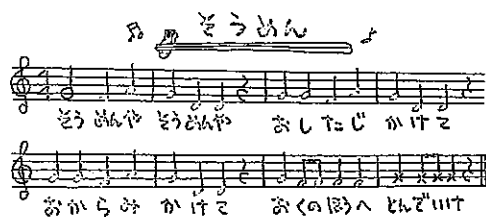
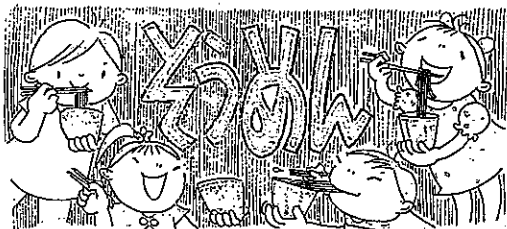
ーたくさん読んであげてねー



＊わらべうたであそぼう＊

『そうめん』

雑詩 ちいさいなまより



「あしたじ」はしょうゆ、「おからみ」は薬味のこぼす。

