



R8.1月  
みなまたしがっこくゅうしょく  
水俣市学校給食センター  
ぶんせき もとい ひらいし  
文責 本井 平石

## ちさんちしょう 地産地消



みなまたさん しんせんやさい  
水俣産の新鮮野菜

きゅうしょく どうじょう  
給食にたくさん登場しています!

こんげつ しもだ はくさい まるた だいこん  
今日は、下田さんの「白菜・キャベツ」・丸田さんの「大根」  
よしだ だいこん はくさい いけだ だいこん もりした  
吉田さんの「大根・白菜」・池田さんの「大根」・森下さん  
の「じゃがいも」を使用します。  
しゅん あじ あじ た  
旬の味を味わって食べましょう!!



ながさき  
長崎  
しもだ  
下田さん

ゆで  
湯出  
もりした  
森下さん

ほうがわち  
宝川内  
いけだ  
池田さん



こしこば  
越小場  
よしだ  
吉田さん



くずわたり  
葛渡  
まるた  
丸田さん



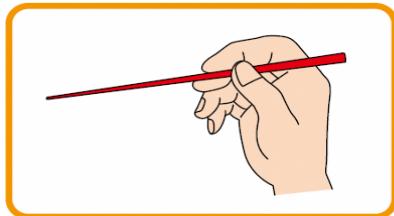
## ただ つか はしを正しく使おう！

まずは  
正しく持とう！

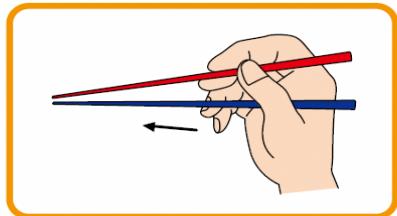


はしを正しく持つと、ち  
ょうど鳥のくちばしのよ  
うな形になって、小さな  
ものでもピンセットのよ  
うにしてつまむことがで  
きます。

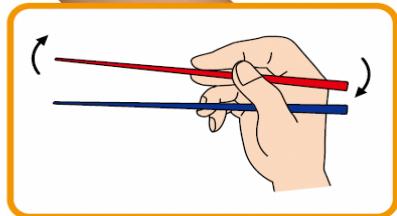
正しいはしの持ち方にするには



えんぴつを持つときのように  
上のはしを持つ。



下のはしを親指の付け根から  
入れ、薬指の先と2か所で支  
える。このはしは動かない。



親指は動かさないようにし  
て、人差し指と中指で上のは  
しだけを動かす。