

6月は食育月間です

給食のこんだて

給食は子どもたちの成長、身体のことを考えてバランスよく作られています。子どもに好きなメニューを聞いてみたり、ぜひご家庭での食事の参考にしてください。

赤は血や肉となる食材

緑は身体の調子を整える食材

黄は熱や力となる食材です！



※写真は中学生の量です。

5/9(月)



- 赤** 牛乳、イカさくっとフライ、ツナ、こんぶ、あぶらあげ、みそ
- 緑** にんじん、きゅうり、キャベツ、コーン、レモン、だいこん、ごぼう、ほうれんそう
- 黄** ごはん、あぶら、さとう、じゃがいも、こんにやく

区分	エネルギー	たんぱく質	脂質	塩分
小学生	662kcal	20.8g	22.4g	2.4g
中学生	760kcal	22.6g	24.2g	2.7g

- 赤** 牛乳、とりにく、ベーコン、だいず

- 緑** キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン、レモン、にんにく、たまねぎ、セロリ、ぶなしめじ、だいこん

- 黄** コッペパン、さとう、マヨネーズ、あぶら、じゃがいも、マカロニ、マーマレードジャム

区分	エネルギー	たんぱく質	脂質	塩分
小学生	679kcal	28.2g	28.4g	3.7g
中学生	855kcal	34.5g	32.5g	4.4g

コールスローサラダ 鶏のマーマレード焼き

5/10(火)

コッペパン

春のミネストローネ



- 赤** 牛乳、たまご、とうふ、あぶらあげ、みそ、わかめ、なっとう
- 緑** たけのこ、ほししいたけ、ねぎ、キャベツ、もやし、にんじん、ぶなしめじ

- 黄** ごはん、あぶら、さとう、かたくりこ、ごま、じゃがいも

区分	エネルギー	たんぱく質	脂質	塩分
小学生	700kcal	29.0g	22.0g	3.0g
中学生	827kcal	33.8g	24.9g	3.6g

- 赤** 牛乳、ぶたにく、とうふ

- 緑** にんにく、もやし、キムチ、にら、ねぎ、キャベツ、きゅうり、にんじん、だいこん、たけのこ

- 黄** ごはん、あぶら、さとう、ごまあぶら、ごま

区分	エネルギー	たんぱく質	脂質	塩分
小学生	563kcal	23.6g	15.1g	2.1g
中学生	663kcal	27.0g	16.6g	2.3g

つぼ漬け和え

5/12(木)

ごはん

豚キムチ

牛乳

豆腐スープ



わかめ和え

5/13(金)

中華麺

大豆揚げ

牛乳

豚骨ラーメン
かけ汁

- 赤** 牛乳、だいず、にぼし、わかめ、くきわかめ、ぶたにく

- 緑** もやし、にんじん、キャベツ、きくらげ、ねぎ

- 黄** ちゅうかめん、かたくりこ、あぶら、くるみ、ごま、さとう、ごまあぶら

区分	エネルギー	たんぱく質	脂質	塩分
小学生	658kcal	28.2g	22.9g	3.3g
中学生	847kcal	35.2g	26.3g	3.8g

well understood by the... clear power have built up in the minds of the public. Consistent policy measures should be... as soon as possible," he said.

plants... lent to 17,044... According to... was fed to...

On react...

liberawa... mch's lat... lants over... no minds c... abic" he... features sh...

Toshimi... Kizawa... "the details... the day... really unpo... after the day... lized the... "oms"

Education... M... Kitazawa... ent's lat... is not... is that... plants... to li... according... lent... to support... this... for... Kizawa... ment's lat... is not... for... Kizawa... ment's lat... is not... for... Kizawa... ment's lat... is not... for...

エマ先生の

わくわくダイアリー

WakuWaku DIARY 21



やっほー!

2016年ももう半分過ぎてしまいました!

信じられません! 私の家族の誕生日は6月でお祝いがたくさんあります。お姉さん、お父さん、いとこの一人、そして、おばあちゃんは6月に生まれました。パーティーに行ったり、ケーキを食べたり、プレゼントをあげたりします。楽しい時間です!

私はロンドンの出身ですが、お父さんの故郷は北イギリスの町です。おばあさんはその町に住んでいます。彼女の誕生日と一緒に祝うため、私たちはおばあさんの家に行ったり、あるいは彼女はロンドンに来たりします。

私のおばあちゃんは、孫が10人います。1986年から1993年までの7年間で孫が10人生まれました。だから、

私たちは年齢が近いです。私は4歳から10歳まで毎年夏休みにおばあちゃんと女の子の孫たちと一緒に一週間、海岸旅行しました。私たちは北イギリスのブリドリントンという海岸町へ行きました。アリスさんというおばあちゃんの親友と彼女の孫たちも来ましたから、みんなで9人でした。天気の良い日に海で遊んで、砂のお城をいっぱい作りました。夕方になると海岸の遊歩道に行き、フィッシュアンドチップスを食べて、できたての温かいドーナツを楽しみました。すごい懐かしい思い出です。

旅行の最後の日におじいちゃんと男の子の孫たちはブリドリントンに来ました。彼らはキャンプや魚釣りをしに旅行しました。みんなと一緒に海岸の小さい遊園地に行き、わたあめを食べて、おじいちゃんの手をつないでお化け屋敷に入りました。その旅行から、私といとこたちは仲良くなりました。毎年、帰りたくなるほど楽しみました。しかし、私と姉さんは前、毎年旅行することが嫌でたまらなかったんです。親から離れたくなかったかもしれません。旅行の前の夜に二人で文句を言って泣きました。

その経験から私は大事なことを学びました。特に旅に関して行く前は怖いかもしれませんが、実際に行ってみるとそうではありません。恐怖を克服できれば、いろいろいい経験することができるようになります。私が旅を好きになったきっかけになったかもしれません。



◆このダイアリーはエマ先生が日本語で書きました。

川俣分庁舎だより

福島県警察官募集中

福島県警察官A(大卒程度)採用試験日程

○受付期間(インターネットによる申込も同様)

5月13日(金)~6月10日(金)

○第一次試験 7月10日(日)

○受験資格 昭和58年4月2日以降生まれで大学を卒業した者又は平成29年3月末日までに大学を卒業する見込みの者



☆お問い合わせ 福島警察署川俣分庁舎総務課 ☆
TEL.024-566-3121

Part.6

ひと口防災メモ ~今こそ備えを~

4月14日に発生した『平成28年熊本地震』は、私たちに、東日本大震災以来の衝撃と不安を与えました。そして、「災害は、何の前触れもなく突然やってくる」ということを改めて感じさせられました。東日本大震災から5年、私たちは、あの3月11日を本当に忘れずに過ごしているでしょうか。もし、今日またあの日のような大災害が起きたら、あなたは適切な対応が取れますか? 災害用の備蓄用品、非常食は十分ですか? 「未曾有の大災害はもうしばらくは来ないだろう」と思わないでください。「災害はいつでも、どこからでもやってくる」ということを肝に銘じ、災害への備えを再確認してください。備えあれば憂いなし。備えは「今」しかできないのです。



町民文芸

かわまた短歌会

なげやりの花木の折れし強東風
再会の夢カプセルに卒業す
花水木ピンクの芽吹き美しく
啓蟄や血圧計り明日へ生く
薬草の煮えだぎる音花の冷え
春の鹿幻をみて立ちあがり

酒井 芳一
吉井 清子
神野 和子
小林 哲子
大内 宣子
渡辺 郁子

すみよし保育園 臨時職員(保育士)の募集について

すみよし保育園の臨時保育士(2名)を募集します。
市販の履歴書に記入し、資格書の写しを添えて6月20日まで町社会福祉協議会へ提出してください。
7月1日と8月1日にそれぞれ1名の採用を行い、雇用期間は、2名とも今年度末までとなります。



問い合わせ: 町社会福祉協議会 (Tel. 565-3761)