



# 6月食育だより

【今月の目標】

じょうぶな骨や歯をつくろう！

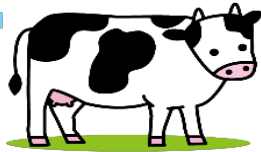
令和3年6月 小学生用

6月は歯と口の健康週間があります。歯や骨を強くするためにも、よくかんで何でも食べて、よく寝ることが大切です。さて、今月は牛乳について考えてみましょう！

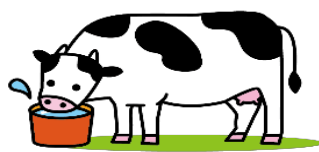
## 牛乳あれこれクイズ



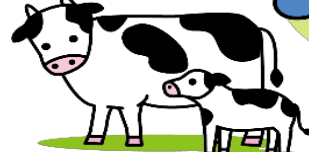
Q1. 牛のお乳は、どうしたら出るようになるでしょう？



① 大人になったら

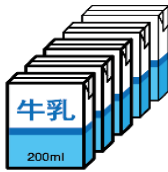


② 水をたくさん飲んだら

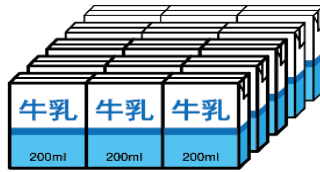


③ 子牛を産んだら

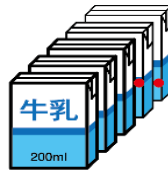
Q2. 1頭の牛から出るお乳の量は、1日に牛乳パック(200ミリリットル)おおよそ何パック分でしょう？



① 1~5パック



② 10~15パック

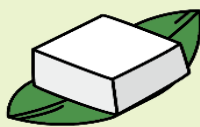


③ 100~150パック

Q3. 牛乳はいろいろな食品に加工されています。牛乳から作られるもの(乳製品)に○をつけましょう。



① ヨーグルト



② とうふ



③ バター



④ チーズ



⑤ 豆乳



⑥ 白米



⑦ アイスクリーム



⑧ スキムミルク



⑨ 生クリーム



⑩ はんぺん

Q4. 次の文章は、牛乳について説明している文章です。空いている[ ]に、[ ]の中から言葉(番号)を選んで書き入れましょう。

- ① 牛乳工場    ② カルシウム    ③ 歯    ④ 吸収    ⑤ 酪農家    ⑥ 骨

[ ]が牛からしぼったお乳は、[ ]に運ばれて牛乳になります。  
 牛乳には、[ ]や[ ]などの材料になる[ ]が、[ ]  
 しやすい形でたくさん入っています。

こたえ Q1 = ③ (人間と同じほ乳動物だから)    Q2 = ③ (約20~30リットル)  
 Q3 = ① ③ ④ ⑦ ⑧ ⑨ (②と⑤は大豆、⑥は米、⑩は魚の加工品)  
 Q4 = ⑤ ① ⑥ ③ ② ④ (⑤ ① ③ ⑥ ② ④でもよい)

