

みなさん、こんにちは。

さんがつ じゅういちにち もくようび

三月 十一日 木曜日、

きゅうしゅういんかい ひる じゅうないほうそう はじ

給食委員会のお昼の校内放送を始めます。

きゅうしゅう

給食おいしくいただいていますか。

きょう こんだて

今日の献立は、

2秒待つ

きゅうしゅう

牛乳、ピラフ、海藻サラダ、

かいそう

メンチカツ、プリン ですよ。

からだ

体をつくる赤の食べ物、

あか たもの

牛乳、

ピラフ、

ベーコン、

くきわかめ、

こんぶ、

このまた、

しろキリンサイ、

ぶたレバー、
ぶたにく、

からだ ねつ ちから
体の熱や力のもととなる黄色きいろの食べ物たものは、

こめ、

あぶら、

マーガリン、

ドレッシング、

パン粉、

さとう、

でんぷん、

からだ ちみじし
体の調子を整える緑みどりの食べ物たものは、

マッシュルーム、

にんじん、

たまねぎ、

ピーマン、
赤あかピーマン、
黄色きいろピーマン、

キャベツ、

コーン。
。あま。

きょう

今日 3月11日は、なんの日かわかりますか。

2秒待つ

じゅうねんまえ

きょう

ひがしにほんだいしんさい

お

ひ

十年前の今日、東日本大震災が起こった日です。

わたし

にほんじん

ぜったい

わす

私たち日本人が 絶対に忘れてはならない、

たいせつ

ひ

大切な日です。

じしん

いま

じゅうねんまえ

地震は今から十年前、2011年3月11日

じゅうじ

じ

ふん

お

午後2時46分に起きました。

とうほく

みやぎけんおき

しんげん

じしん

東北の宮城県沖を震源とする地震。

じしん

きぼ

しめ

地震の規模を示すマグニチュードは9.0。

きゅうじんわい

けいけん

これまでに経験したことのない

おお

じしん

とても大きな地震でした。

とうじ

きしゅうちゅう

ぜんこく

ひろ

はんい

当時の気象庁は、全国の広い範囲に、

おおつなみけいほう

だ

ひなん

よ

大津波警報を出し、避難を呼びかけましたが、

地震から1時間後には、津波が襲ってきました。

普段は、おだやかな海も、

「津波」となると一変します。

津波の威力は、想像よりもはるかに大きく、

予想も難しく、計り知れませんでした。

大きな建物や、住んでいる家、

学校も、津波で流されました。

車や信号機、電柱、人、もの、

あらゆる、全ての物を一瞬に流していききました。

町は、がれきの山となりました。

地震や津波で、

家や、着るもの 食料などすべてを失った

人たちは、雪の降る中、避難しました。

携け帯いたも、十と日お以上かいじよう繋つがならない、新しん聞ぶんもなければ、

インいんターたーネねッっトとも使つかえない、

そじんょなう状たい態ひが、被ひ災さい地いちでは続つづきました。

夜よになると気き温おんは、マまイいナなスすにももななりました。

ここのの地じ震しんや津つ波なみで、約やく一いち万まん六ろく千せん人にんのひと人ひとが

亡なくなりました。

ああれれかからら十じゅう年ねん。

亡なくなかつた方かたやそその家か族ぞくを思おもつと、

地じ震しんかから何なん年ねん経たつと、

私わたしたたちちは、忘わすれれててははいいけけまませせん。

ここの放ほう送そうを聞きいてていいるるみみななささんんは、

「生うままれれてていいなないいかから、わわかかららまませせん」ででははななく、

自じ分ぶんで調ていべべて学まなぶぶいいじじよよ、

本ほんをよ読んでまな学ぶじょうじょう、

テレビをみ見てまな学ぶじょうことがたいせつ 大切です。

困こまっている人ひとがいたら、相手あいてのことをおも想おもい

「寄より添そい、できるきょうりゅうことを協きょうりゅう力りゅうする」

それがせつできるせつ優せつしい人ひとになりなりまなしなじなう。

今日けふこのあ後ご、地震じしんがはっせい発生じしたぶん午後ごご2時じ46分ぶんに、

東ひがし日本にほん大震だいしん災さいで犠ぎせい牲せいにならすべれたかた全ぜんてのかた方かたへ、

哀あい悼とうのいの祈いのりをこ込こめて、黙もく禱とをもくさとせてもくいたもくだときとます。

6校じゅう時じの授じょう業ぎょう中ちゅうですが、

教きょう頭とう先生せんせいより放ほう送そうがありあります。

静しずかにしずかにめ聞きいて、起しず立めし静しずかにめ目めをと閉とじて

黙もく禱とをもく行といまもくしとじもくう。

ひがしにほんだいしんさい かん
ここまででは、東日本大震災に関するいじょういじょうと
お伝えつたしました。

つぎ
次に、「ピーマン」についてお話はなしします。

みなさんは、ピーマンは好きすいですか？

あぶり あいじょう
ピーマンは、油と相性がよく、

にく いた た
肉と炒めて食べると、鉄分の吸収たかを高め、

ひんけつ よぼう
貧血を予防します。

しー ほうふ
また、ビタミンCが豊富で、

つか
からだの疲れを、吹き飛ばとしてくれる野菜やさいです。

きょう
今日のピラフには、三色さんしきのピーマンが

はい
入っています。

きょう
これで給食委員会からの放送ほうそうを終わおります。

きょう たんじょう
今日の担当は、5年組くみと

5年組くみ

でした。