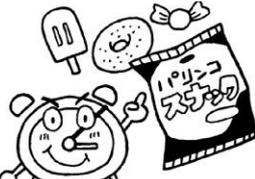


1年間の食生活を振り返ろう！

今年度も、残りあとわずかとなりました。よく学び、元気に遊び、しっかり食べ、この1年でみなさんは心も体も成長したことでしょう。学校や家庭での食生活はどうだったでしょうか？1年を振り返って、今後の生活に活かしていきましょう！

自分の食生活を振り返り、○△×をつけてみましょう。

<p>①毎日朝ごはんを食べた。</p> 	<p>②残さないように食べた。</p> 	<p>③間食の食べすぎに気がつけた。</p> 	<p>④3つのグループの食品をバランスよく食べた。</p> 	<p>⑤感謝して食べることができた。</p> 
<p>○ △ ×</p>	<p>○ △ ×</p>	<p>○ △ ×</p>	<p>○ △ ×</p>	<p>○ △ ×</p>
<p>⑥よくかんで食べるよう心がけた。</p> 	<p>⑦ながら食べをしなかった。</p> 	<p>⑧蕨の野菜について、知ることができた。</p> 	<p>⑨苦手な食べものにチャレンジした。</p> 	<p>⑩みんなで仲良く食べることができた。</p> 
<p>○ △ ×</p>	<p>○ △ ×</p>	<p>○ △ ×</p>	<p>○ △ ×</p>	<p>○ △ ×</p>

○は、何個つきましたか？
○がつかなかったところは、意識して取り組みましょう！



卒業
おめでとう！



3年生のみなさん、卒業おめでとうございます！中学校を卒業すると、自分で食事を選ぶ機会も増えていくと思います。給食の献立を思い出して、いろいろな食品をバランスよく…を心がけてくださいね。5日は、卒業を祝う献立です！



3月3日は、桃の節句ともいい、ひな人形をかざり、子供の健やかな成長と幸せを願う行事です。お供えするひしもちには、桃色、白、緑色の3色が使われています。この色には、それぞれに意味があるとされており、桃色は「桃の花」、白は「雪どけ」、緑は「新しい芽や大地」を表しており、春の訪れを表しているそうです。

3月2日には、その3色を使ったひなまつり献立が登場します。

