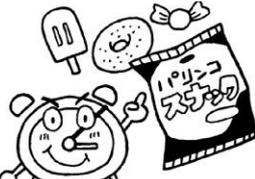


# 1年間の食生活をふりかえろう！

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年をふり返って、新しい学年に向けてじゅんぴをしましょう！

自分の食生活をふりかえり、○△×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感しゃして食べる事ができた。</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わらびの野菜について、知ることができた。</p>  | <p>⑨にがてな食べものにチャレンジした。</p>     | <p>⑩みんなでなかよく食べる事ができた。</p>  |
| <p>○ △ ×</p>   | <p>○ △ ×</p>  | <p>○ △ ×</p>  | <p>○ △ ×</p>   | <p>○ △ ×</p>   |

○は、何個つきましたか？  
○がつかないところは、意しきして取り組みましょう！



6年生のみなさん、卒業おめでとうございます！中学校でも元気いっぱいすごせるよう、バランスのよい食事、てきどな運動、十分なすいみんを心がけましょう。  
3月17日は、卒業をいわうこんだてです！

## ひなまつり

3月3日は、<sup>もも</sup>桃の節句ともいい、ひな人形をかざり、子供のすこやかな成長と幸せを願う行事です。おそなえするひしもちには、<sup>もも</sup>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言われており、<sup>もも</sup>桃色は「桃の花」、白は「雪どけ」、<sup>もも</sup>緑は「新しい芽や大地」を表しており、春のおとずれを表しているそうです。3月3日には、その3色を使ったひなまつりこんだてが登場します。

