

1年間の食生活をふり返ろう！

今年度も、残りあとわずかとなりました。この1年間、毎日の給食やおたよりなどで、さまざまなことをお伝えしてきました。学校や家庭での食生活はどうだったでしょうか？ これまでに学んだことをふり返って、今後の生活に活かしていきましょう。

自分の食生活をふり返り、チェックしてみよう！

| | | | |
|---|---|--|--|
| <p><input type="checkbox"/> 食事の前に、手をきれいにあらっていますか？</p>  | <p><input type="checkbox"/> 朝ごはんを毎日食べていますか？</p>  | <p><input type="checkbox"/> 感謝の気持ちをこめてあいさつをしていますか？</p>  | <p><input type="checkbox"/> 食事のマナーを守れていますか？</p>  |
| <p><input type="checkbox"/> 好き嫌いなく、なんでも食べていますか？</p>  | <p><input type="checkbox"/> よくかんで食べていますか？</p>  | <p><input type="checkbox"/> おやつは時間と量を決めて、食べすぎないようにしていますか？</p>  | <p><input type="checkbox"/> わらびの野菜について知ることができましたか？</p>  |

ひなまつり

3月3日は、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、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。



6年生のみなさん、ご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、適度な運動、十分なすいみんを心がけましょう。
 みなさんの中学校での活やくを応援しています！
 3月20日は、卒業をお祝いするこんだてです♪