

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。この一年で、どの子ども心身ともに大きく成長し、一段とたくましくなった様子がうかがえます。学校や家庭での食生活をふり返って、新年度に向けて準備をする機会にしましょう。

あなたの食生活はどうですか？ 振り返りチェックシート

日ごろの食生活を振り返り、よくできたと思うものに○を付けましょう。

給食の前に 手をきれいに 洗えましたか？ 	食事のあいさつは 心を込めて 言えましたか？ いただきます 	おししを正しく使う ことができましたか？ 
よくかんで味わって 食べられましたか？ 	バランスの良い 食事のとり方が わかりましたか？ バランス 	自分に必要な量を 考えて食べること ができましたか？ 
地域でとれる食べ物を 知ることができましたか？ 	行事食や郷土料理 について知ること ができましたか？ 	楽しい給食時間を 過ごせましたか？ 

○の数が…
7～9個



4～6個



1～3個



0個



ご卒業おめでとうございます！



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！

