

給食だよ

令和6年
3月号
春日部市立
豊野小学校


寒さもゆるみはじめ、春の訪れがそこかしこに感じられます。今年度も残りわずかになりました。この1年間の学校生活はどうでしたか？進級、進学に向けて1年間のまとめと反省をしてみましょう。

食育チェックシートで1年間の食生活を振り返ろう

「はい」と思うものに○をつけてみましょう。


● 朝ごはんは毎日食べましたか？

☐




● 給食当番の仕事はしっかりできましたか？

☐




● 朝ごはんでは、おかずもしっかり食べましたか？

☐




● 食事の前の手洗いはよくできましたか？

☐




● 「いただきます」「ごちそうさま」の食事のあいさつはしっかりできましたか？

☐




● 食事では、いつもよくかんで食べていましたか？

☐



● 食器のならべ方(配ぜん)にも気をつけて食べることができましたか？

☐




● 野菜を毎日、食べていましたか？

☐



● はしを正しく使い、おわんを手にもって食べていましたか？

☐



● 給食の牛乳を残さず飲むことができましたか？

☐



結果はどうでしたか？「○」の数がたくさんあった人は良い食習慣をこれからも続けていきましょう。「○」の数が少なかった人は、できなかったところを新年度にがんばりましょう。

はるやす あさ た 春休みも朝ごはんを食べよう！

なぜ朝ごはんを食べると良いの？

1日を元気にスタートできる



体温が上がり、目が覚める。

集中力がアップする



脳にエネルギーがいきわたり、やる気も出てくる。

生活リズムが整う



決まった時間の食事が生活に良いリズムを作る。

うんちが出やすくなる



腸が刺激され、はたらきがよくなる。

新しい学年・学校でも良いスタートがきれるように、春休み中もいつもと変わらず、「早寝・早起・朝ごはん」を心がけて生活しましょう。

- 3月7日(木)は全校お弁当の日のため、給食はありません。お家からお弁当を持ってくる日になりますので、用意をお願いいたします。
- 3学期の給食は3月19日(火)で終了いたします。今年度も1年間、本校の学校給食、食育の取り組みにご理解とご協力をいただきましてありがとうございました。来年度も給食室一同、力を合わせて安全でおいしい給食を届けていきたいと思ひます。どうぞよろしくお願いいたします。