



3月給食だより



4月

ねん かん ふ かえ
1年間の振り返りをしよう!

3月

日ごとに寒さが和らぎ、春がすぐそこまで来ていることを感じます。3月は1年間のまとめの月です。自分自身の食生活や、給食を通して学んだこと、できるようになったことなどを振り返り、新しい学年で挑戦したいことを考えてみましょう。



あなたの食生活は!?

食生活チェックシート

自分の食生活を振り返り、「はい」か「いいえ」に○を付けましょう。

朝ごはんを毎日食べていますか?

はい ・ いいえ

食事の前に手をきれいに洗っていますか?

はい ・ いいえ

「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをしていますか?

はい ・ いいえ

よくかんで食べていますか?

はい ・ いいえ

食事のマナーを守れていますか?

はい ・ いいえ

正しいおはしの持ち方、食器の置き方を知っていますか?

はい ・ いいえ

おやつは時間と量を決めて食べていますか?

はい ・ いいえ

好き嫌いなく何でも食べていますか?

はい ・ いいえ

家族や友達と一緒に楽しく食べていますか?

はい ・ いいえ

「はい」が7~9個



すばらしい!

新しい学年でも、その調子で過ごせるといいですね。

「はい」が4~6個



あと一歩!

できなかったことを意識して、取り組んでみましょう。

「はい」が1~3個



がんばって!

まずはできそうなことから、がんばってみましょう。

「はい」が0個



残念...

自分にできることは何かを考えて、挑戦してみましょう。