給食だより 3月

下野市立石橋小学校

いよいよ今年度もあとわずかになりました。6年生は、もうすぐ卒業ですね。 学校給食では、献立やたよりを通して、食習慣や健康、食品の栄養、地産地消などについてお知らせしてきました。給食や自分の食生活をふり返ってみましょう。

給食の時間をふりかえろう

できたものには□にチェックを入れて、給食の時間のふりかえりをしましょう。

□協力して給食の準備をすることができた

□食べられる量を配膳し、残さず食べることができた

□マナーを守って食事をすることができた

□バランスのよい食事のとり方がわかった

□地域の地場産物がわかった

□感謝の気持ちを持って食べることができた

家族で食事をしていますか？

家族全員そろって食事をする機会が減っているといわれています。

食を通じたコミュニケーションは、食の楽しさを実感させて、心の豊かさをもたらすことにつながります。家族みんなで食事ができるように工夫をしてみませんか。

★食育指導お世話になりました★

今年度も、「野菜となかよくなろう」「食事のマナーについて」「食べ物のはたらきと栄養のバランス」「朝食の大切さと食事内容」「バイキングに挑戦～どんな食べ方がよいのかな～」「１食分の献立作成」などの食育指導を行いました。また、「いしばし元気っ子週間」を2回実施し、「メディアコントロールと朝食の重要性」「歯・口の健康づくり」について学びました。今後も児童の皆さんが、規則正しい食生活を送り、自分で食品を選択する力がつくように、食育の推進を図ります。ご家庭のご協力をお願いいたします。