

# 3月 食育 だよ

## ～フイリソシンカ～

北谷町立学校給食センター  
 〒904-0103  
 北谷町字桑江566番地1  
 TEL 936-3269  
 FAX 936-6896  
 学校栄養職員 山口 理栄  
 学校栄養職員 知念 一乃

日中の日差しに春を感じることが多くなってきました。うれしい反面、さみしさを感じる季節でもあります。今の学年で過ごす生活は、あと1か月ですね。みなさん大きく成長しましたね。頼もしくなった姿に成長を感じ、とてもうれしく思います。今月、卒業式を迎えるみなさんは、給食を食べるのも残りわずかです。最後までしっかり味わって食べて、元気に卒業式を迎えて下さい。4月からのさらなる飛躍を願っています。

### ☆給食目標☆

1年間の反省をしよう

### ☆栄養目標☆

健康を考えた食事が  
 できたか見直そう

給食時間を  
 振り返ろう

## 「食育」チェックシート

この1年の給食時間を振り返り、できたことに○を付けましょう。

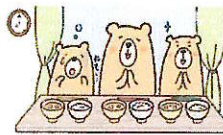
<p>給食の前に手を きれいに洗えた</p>	<p>給食当番の身支度 をきちんとできた</p>	<p>食事のあいさつを 心を込めて言えた</p>
<p>食器を正しく並べ ることができた</p>	<p>箸を正しく持ち、 上手に使うことが できた</p>	<p>よくかんで味わっ て食べることがで きた</p>
<p>地域の産物や食文 化を知ることがで きた</p>	<p>日本の伝統行事と 行事食について知 ることができた</p>	<p>バランスのよい食 事の組み合わせが わかった</p>

## 1年を振り返って…



あなたはどんな1年になりましたか？

## 春休み 食育



## 卒業・進級おめでとう

**は** 持ち方や使い方をマスターしよう！

**る** 一緒にしよう。「もう5回、よくかんで飲み込む！」

**が** ついでに学んだ食べ方を家でもやってみよう！

**き** そく正しい習慣を築こう！

ポイントは朝・昼・夕の3食をしっかりと食べること。

**た** のしく健康に過ごして、みんな元気に新しい学年に進もう！

**た** のしく健康に過ごして、みんな元気に新しい学年に進もう！



卒業生のみなさん、「食べることは生きること」「食を楽しむこと」を忘れずに、これからも食べることを大切にしてくださいね。応援しています！進級する北谷町内の幼稚園生・小学生・中学生の皆さん、4月からも安心・安全な給食づくり頑張ります☆