



給食だより

輪島市学校給食鳳至共同調理場

給食の時間をふりかえろう

今年度も残りわずかとなりました。みなさんは、1年にわたって、給食を食べながら食に関する様々なことを学んできました。今月は、給食の時間を振り返って、来年度の食生活における目標をたてましょう。

<input type="checkbox"/> 協力して給食の準備をすることができた 	<input type="checkbox"/> 1人分の量を考えて盛りつけることができた 	<input type="checkbox"/> 食事のマナーを守って会食することができた 
<input type="checkbox"/> バランスのよい食事のとり方がわかった 	<input type="checkbox"/> 季節の食べ物や地場産物について学ぶことができた 	<input type="checkbox"/> 感謝の気持ちをもって食べるすることができた 

できたものには、□に ✓をいれましょう。

春休みは家の仕事を積極的に！

配膳や食器の片づけ、ごみ出しなど、家の仕事にはいろいろなものがあります。自分にできることを考え、自分の仕事としてやってみましょう。



体重は増えていくよ 成長期だもの

成長期は筋肉や骨が大きくなり、体がつくられるので体重は増えていきます。体重が増えると「太った」という人がありますが、「太る」とは余分な脂肪がつくことをいいます。つまり、必ずしも「体重が増えた」ということが「太った」ということとは限りません。

