

# 3月

# 給食だより



暖かい春がすぐそこまできています。今年度も残すところ1ヶ月となりました。この1年間で体も心も大きく成長したことでしょう。新しい学年を元気に迎えられるように、規則正しい生活を心がけましょう。

## ～1年間の給食を振り返ってみよう～

1年間の給食をおいしく楽しく食べることはできましたか？給食を振り返り、1年のまとめと反省をしてみましょう。できたことに○をつけましょう。

<input type="checkbox"/> 食事の前に、きちんと手洗いをすることができた。 	<input type="checkbox"/> すききらいしないで食べることができた。 	<input type="checkbox"/> 友達と楽しく食事をすることができた。 
<input type="checkbox"/> よくかんで食べるよう心がけた。 	<input type="checkbox"/> 給食の準備や後片付けに協力することができた。 	<input type="checkbox"/> 食事のあいさつを忘れずできた。 
<input type="checkbox"/> よい姿勢で食べることができた。 	<input type="checkbox"/> 残さず食べることをできた。 	<input type="checkbox"/> 正しいはしの持ち方でマナーに気をつけて食べることができた。 

いくつできていましたか？○がついたところは、新しい学年でも続けていきましょう。できなかったところは、できることからやりましょう。

## 元気にすごす合言葉

### ～はやね・はやあき・あさごはん～

毎日元気な過ごすためには、生活リズムを整えることが大切です。

休みの日も決まった時間に起きて、朝ごはんを必ず食べましょう。

そのためには、夜ふかしせず、早起きを心がけましょう。

