

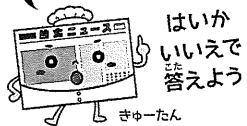
給食だより 3月

徳島文理小学校

少しずつ気温も暖かくなりはじめ、今年度ももうすぐ終わりです。この1年間、食生活を通して学んだいろいろなことを大切にしましょう。

1年間の食生活をふり返ってみよう！

スタート！



①朝食を毎日食べることができた

②食事の前に石けんで手洗いができた

③食事をよくかんで食べることができた

④食品の3つや6つのグループの働きを知ることができた

⑤感謝の気持ちを込めて食事のあいさつができた

⑥苦しい食べ物を食べることができた

⑦はしを正しく持つことができた

⑧季節や行事の料理を知ることができた

⑨間食は時間や量を決めて食べることができた

⑩まわりの人と楽しく食事をすることができた

ゴール！
いくつできるようになったかな？

食生活をふり返ってみてどうでしたか？ できることを増やしていきましょう。

保護者のみなさまへ

子どもたちは、この1年間、いろいろなことを学び、たくさんの方ができるようになったと思います。ご家庭でふり返りながら話をしてみてください。



こんな食事にっていない？ 避けたい7つの「こ」食

食事の役割は、空腹を満たすことだけではありません。こんな「こ」食になっていませんか？

孤食 ひとりだけで食べる 	個食 みんなで食事をしても、違うものを食べる 	子食 子どもだけで食べる 	
固食 同じものばかり食べる 	濃食 濃い味つけのものばかり食べる 	粉食 パンやめん類など、粉からつくられたものばかり食べる 	小食 ダイエットのために、必要以上に食事を減らす

漢字熟語パズル

フライパンの真ん中に漢字を入れると4つの二字熟語ができます。1、2、3を並べると何という言葉になるでしょう。

フライパンパズル

1: 補 → 給 → 付 → 食 (補給付食)

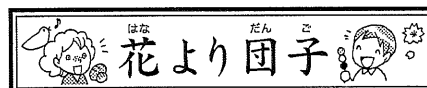
2: 外 → 魚 → 事 → 品 (外魚事品)

3: 学 → 産 → 命 (学産命)

4: 復 → 気 → 動 (復気動)

パズル結果: 1 (魚), 2 (果), 3 (顔) → 大切な

食のことわざ



風流なことより利益につながる方がよいという意味。英語では「Bread is better than the songs of birds. (鳥のさえずりよりパン)」ということわざがあります。食いしんぼうは世界共通です。

3月3日は



ひなまつり