



令和3年 3月号  
大阪市立福島小学校

いただきます

ねんかん しょくせいかつ かえ

# 1年間の食生活をふり返ろう

今年度も残り少なくなってきました。今まで給食をとおして、食についていろいろ学習してきましたね。新しい学年にむけて、家や学校での食生活をふり返り、できたことに○をつけましょう。

☐ 朝ごはんを毎日しっかり食べた

朝ごはんは、1日の元気のもとです。

☐ すききらいなく食べた

食べ物の働きを考え、バランスよく食べましょう。

☐ 行事食や食文化への関心が深まった

☐ 甘いお菓子や飲み物を食べすぎたり、飲みすぎたりしなかった

☐ よくかんで、ゆっくり食べた

よくかむと、消化や脳の働きを助けます。

☐ 食べ物にかかわる人や自然の恵み、食べ物の命に感謝して食べることができた

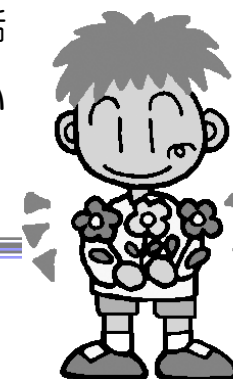
こんげつの こんだての しょうかい

3月4日(木) 卒業祝いにと

- ・フライドチキン
- ・カレーシチュー (近江牛)
- ・おいおいピクルス ・フルーツゼリー
- ・こくとうパン ・ぎゅうにゅう

6年生のみなさん、卒業おめでとうございます。

他の学年のみなさんは、お世話になった6年生の卒業を、お祝いしましょう。



○は、いくつありましたか？  
これからも、食べ物や自分の健康に関心をもって生活しましょう。

