

食育だより 3月号



令和8年2月28日

練馬区立豊玉第二中学校

2月に立春を迎え、春らしい日も見られるようになりました。学校は3月が1年の締めくくりです。やり残したことはありませんか？来年の準備は万端ですか？4月までの残り1か月、有意義に過ごせるようにしてほしいと思います。

この1年間、様々な給食を出しました。印象に残っている給食はありますか？今までに食べたことのない給食もたくさん出ていたかもしれません。給食は様々な食事を経験できる機会でもあります。1、2年生はまだ給食がありますが、3年生は4月から給食がなくなり、自ら食事を選択する機会が今よりもずっと増えると思います。食は人生を豊かにする経験の1つです。ぜひ、これからも色々なものを食べて、人生を豊かにしていってほしいと思います。

○1年間の振り返りをしてみよう○

この1年間、皆さんはどう過ごせたでしょうか？色々な振り返りがあると思いますが、ここでは給食の振り返りをしてみましょう。ぜひ、チェックシートやってみて、振り返りをしてほしいと思います。



<p>給食の前に 手をきれいに 洗えましたか？</p> 	<p>食事のあいさつは 心を込めて 言えましたか？</p> <p>いただきます</p> 	<p>おはしを正しく使う ことができましたか？</p> 
<p>よくかんで味わって 食べられましたか？</p> 	<p>バランスの良い 食事のとり方が わかりましたか？</p> <p>バランス</p> 	<p>自分に必要な量を 考えて食べることが できましたか？</p> 
<p>地域でとれる食べ物を 知ることができましたか？</p> 	<p>行事食や郷土料理に ついて知ることが できましたか？</p> 	<p>楽しい給食時間を 過ごせましたか？</p> 