

食育だより3月

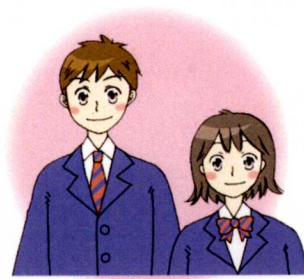


平成30年2月27日
練馬区立豊玉第二中学校

今年度も残りわずかになりました。3月は一年の締めくくりの月です。今年度の給食は、楽しく、美味しく、マナーを守って食べることができましたか？一年を振り返って、これからに生かしましょう。2月に行われたランチチェックではどのクラスも残菜が少なくなりました。いつも残菜のないクラスは変わらずに、少なくなったクラスは引き続きがんばってほしいと思います。

あなたの食育達成度チェック!

1年間の学校給食、楽しく食べて味わい、体も心も健やかな毎日を過ごせましたか。今年度を振り返り、あなたの“食育達成度”をチェックして今後に生かしましょう。



チェックポイント①

朝ごはんを毎日しっかり食べられた。



(○・△・×)

チェックポイント②

好き嫌いをなく食べられた。嫌いなものがある人は1つでも克服できた。



(○・△・×)

チェックポイント③

食べ物の栄養とそのはたらきについて考えながら食べることができた。



(○・△・×)

チェックポイント④

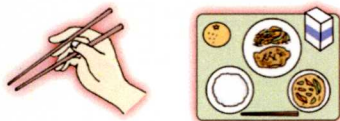
食べ物を大事にし、感謝して食べることができた。



(○・△・×)

チェックポイント⑤

配膳やはしの持ち方など食事のマナーに気をつけて食べることができた。



(○・△・×)

チェックポイント⑥

地域に伝わる郷土料理、季節ごとの行事食を知り、味わって食べた。



(○・△・×)

全部達成できましたか？ 食べることは自分自身の健康を作ります。そして食は先人から受け継がれた文化であり、生活の楽しみです。また食べ物は、もとをたどればすべて命をもった生物で、地球が育ててくれたものです。さらに調理はじつは最も身近な科学でもあります。ひと口に「食」とは言いますが、本当にいろいろな切り口があり、学べば学ぶほど深くなります。これまで紹介できたものはその中のほんの少しですが、今日あなたが食べるそのひと口から、食の広い世界が広がっていきますように。