

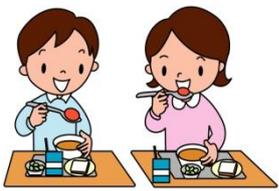
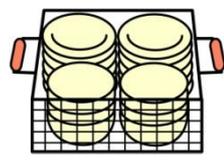
# 3月 給食だより

平成28年2月29日  
日光市立大室小学校

2月も本日で終わり、日差しも暖かくなってきました。まだ冷え込む日もありますが、春の訪れはもう間もなくです。1年間の学校生活はどうでしたか。健康に過ごすことができたでしょうか。

3月は学年最後の月です。自分の食生活を振り返り、新しい学年にはさらにより食生活を送れるようにしましょう。

## 給食について1年をふりかえりましょう

<p>①手洗いを忘れずにできた</p>  <p>はい・いいえ</p>	<p>②給食の準備を協力してできた</p>  <p>はい・いいえ</p>	<p>③好き嫌いなく食べた</p>  <p>はい・いいえ</p>	<p>④良い姿勢で食べた</p>  <p>はい・いいえ</p>	<p>⑤友達と楽しく会食できた</p>  <p>はい・いいえ</p>
<p>⑥あいさつを忘れずにした</p>  <p>はい・いいえ</p>	<p>⑦後片付けがきちんとできた</p>  <p>はい・いいえ</p>	<p>⑧はしを正しく使えた</p>  <p>はい・いいえ</p>	<p>⑨食器をていねいに使った</p>  <p>はい・いいえ</p>	<p>「はい」の数が 0～4コ:がんばりましょう! 5～8コ:もう少しがんばりましょう! 9コ:よくできました!</p>

※来年度はひとつでも「はい」の数が多くなるようにしましょう!

健康な体をつくるには!

- ◆ **運動**…運動を継続することで、骨や筋肉・心臓などが強くなる!
- ◆ **栄養**…1日3食! バランスのよい食事を心がけよう!
- ◆ **休養**…寝ている時に体は成長します! たっぷりと睡眠時間をとろう!



## ～市民の日 記念給食を実施します～

2006年3月20日に現在の日光市が誕生し、今年で10年が経ちます。これを記念して、3月17日に日光市の食材を使用した「市民の日 記念給食」を実施します。日光市誕生10周年のお祝いと地域の恵みに感謝して、おいしくいただきます。



(©日光仮面)