

# 給食だより 3月号

令和8年2月27日  
港区立高輪台小学校

## 1年間、ありがとうございました

今年度も残すところ一か月となりました。進学や進級をひかえたまとめの時期です。この1年間の給食時間をふり返ってみると、「準備や後片付けがスムーズにできるようになった」、「苦手だったものが食べられるようになった」、「時間内に食べられるようになった」など、一人ひとりが大きく成長した様子がかがえます。

今年度の給食は3月23日(月)で終了です。保護者の皆さま、今年度も給食運営へのご理解とご協力をありがとうございました。引き続き、安心・安全な給食を提供できるよう、職員一丸となって努めてまいりますので、よろしくお願いたします。

～ 白衣の洗濯につきましては、1年間ご協力をいただき、ありがとうございました ～

## もうすぐ春休み!

## 新年度に向けて準備をする機会に

新年度が始まると、環境が変わり、心と体に負担がかかりやすくなります。春休み中も早寝・早起きを心がけ、朝ごはんをしっかり食べて体調を整えておきましょう。

## 卒業生の皆さんへ

友達や先生方との別れはさみしいですが、夢と希望に満ちた新しい道への第一歩です。これから先も「食べる」ことは一生続きます。そして私たちの体は食べたものでつくられていきます。食事を通して、栄養バランス、地域の食文化、人を思いやる気持ちなど、さまざまなことを感じ、学んでくれたらうれしいです。給食室一同、みなさんのことを応援しています。

あなたの食生活はどうか?

## 振り返りチェックシート

日ごろの食生活を振り返り、よくできたと思うものに○を付けましょう。

<input type="checkbox"/> <p>朝ごはんを毎日 欠かさず食べている</p>	<input type="checkbox"/> <p>食事の前に手を きれいに洗っている</p>	<input type="checkbox"/> <p>正しい姿勢で、よく かんで食べている</p>
<input type="checkbox"/> <p>苦手な食べ物にも 挑戦している</p>	<input type="checkbox"/> <p>おやつは時間と量を 決めて食べるように している</p>	<input type="checkbox"/> <p>おはしを上手に 使うことができる</p>
<input type="checkbox"/> <p>食べたらずを磨いて いる</p>	<input type="checkbox"/> <p>おうちで食事の お手伝いをしている</p>	<input type="checkbox"/> <p>家族や仲間と食事を 楽しんでいる</p>

○の数が...

7~9個



4~6個



1~3個



0個

