

3月 食育だより

岩国市立灘小学校
令和6年3月15日
(毎月19日は食育の日!)

徐々に温かくなり、過ごしやすい気候になってきました。今年度も残りわずかですね。6年生は、もうすぐ卒業です。1年生から5年生は、新しい学年になります。新しい学年に向けて、この1年間の給食時間をふりかえってみましょう。

1年間の給食時間をふりかえろう!

給食時間をふりかえって、できたものには口にチェックを入れよう!

<p>協力して給食の準備をすることができた。</p> 	<p>1人分の量をきれいに盛り付けた。</p> 	<p>マナーに気をつけて、楽しく会食できた。</p> 
<p>バランスのよい食事のとり方が分かった。</p> 	<p>郷土料理や地域の食材が分かった。</p> 	<p>感謝の気持ちをもって食べることができた。</p> 

春休みも規則正しい生活習慣を心がけよう!

<h3>早起き</h3> 	<h3>早寝</h3> 	<h3>朝ごはん</h3> 
<p>朝の光を感じると覚醒を促す脳内物質のセロトニンが分泌され、日中に活動しやすくなります。</p>	<p>睡眠は、疲れを取ったり、体を成長させたりします。夜は早く寝て十分な睡眠をとみましょう。</p>	<p>夕食でとったエネルギーは朝には残っていません。午前中、元気に活動するために、朝食をとみましょう。</p>

6年生 お楽しみリザーブ給食

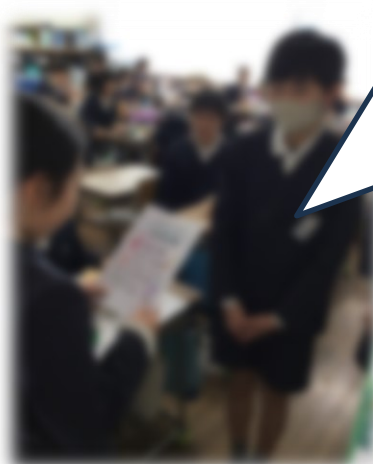
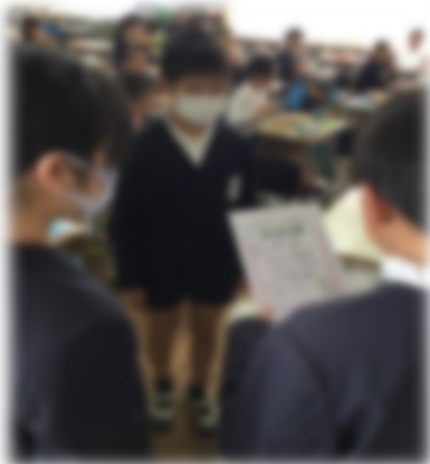
3月8日（金）に、6年生のお楽しみ給食がありました。事前に、主食（ピザパン・メロンパン）、主菜（鶏のからあげ・鮭チーズフライ）、デザート（ワッフル・ムースエクレア・ももゼリー）をそれぞれ自分の好きなものから選ぶ「リザーブ給食」を実施しました。

6年生は大喜び。卒業前に、思い出に残る給食時間になったのではないのでしょうか。



もりもり賞・ぴかぴか賞

給食委員会が毎日、給食後に各クラスの残食と片付け方をチェックしています。学期ごとに集計し、残食が少なかったクラスと、片付け方がきれいだったクラスに「もりもり賞」と「ぴかぴか賞」を渡しています。先日、今年度最後のもりもり賞とぴかぴか賞の発表がありました。



もりもり賞

**1年1組、3年1組、4年2組
5年1組、5年2組、しえん**

ぴかぴか賞

**1年1組、3年1組、4年2組
5年2組、6年2組、しえん**

～3月と4月の給食についてお知らせ～

今年度の給食終了日は、6年生：3月18日（月）

1～5年生：3月25日（月）

新年度の給食開始日は、2～6年生：4月9日（火）

新1年生：4月17日（水）です。

今年度も、本校の学校給食へのご理解とご協力をありがとうございました。

