

3月 給食だより



令和8年 3月 1日
 石狩市学校給食センター
 TEL: 62-8015
 FAX: 72-2223



今月の給食目標 「一年間の給食を振り返ろう」

給食時間の過ごし方、食べ方を給食目標とともに、振り返ってみましょう。

今年度も残り1か月となりました。給食や家での食事の食べ方はどうでしたか？

進学・進級を前に、給食や給食だよりを通して学んだことを新年度に活かせるよう、振り返ってみましょう。

◆ 今年度の「給食の目標」を振り返ってみましょう ◆

<h3>4月「楽しい給食にしよう」</h3> <p>クラスの友達と協力して準備や片付けができ、楽しく給食を食べることができた</p>	<h3>5月「食事と健康の関わりについて考えよう」</h3> <p>健康で元気に生活するために、バランスのよい食事が大切であることが分かった</p>	<h3>6月「衛生に気を付けよう」</h3> <p>手洗いの大切さが分かり、食事の前に手を洗う習慣がついた</p>
<h3>7・8月「暑さに負けない食事をしよう」</h3> <p>夏休み中も規則的な生活を心がけ、暑さに負けない食事でも元気に過ごすことができた</p>	<h3>9月「野菜の働きについて知ろう」</h3> <p>野菜には、体を健康にする栄養素があり、体に必要な働きがあることが分かった</p>	<h3>10月「地場産物について知ろう」</h3> <p>「いしかりデー給食」を通して、石狩産の食べ物について知ることができた</p>
<h3>11月「給食ができるまでについて知ろう」</h3> <p>毎日食べている給食や食事は、多くの人に支えられていることが分かった</p>	<h3>12月「寒さに負けない食事をしよう」</h3> <p>寒さに負けない体づくりのために、必要な食べ物を知り、栄養バランスのよい食事を心がけることができた</p>	<h3>1月「給食の歴史を知ろう」</h3> <p>給食の始まりや、昔と現在の給食の違いについて知ることができた</p>
<h3>2月「食べ物の働きについて知ろう」</h3> <p>食べ物の3つの働きを意識して、栄養バランスよく食べることが、元気に過ごすために大切であることが分かった</p>	<p>今年度1年を通し、食べられる量が増えた、苦手だったものが食べられるようになったなど、給食やご家庭での食事において、それぞれ成長があったことと思います。新年度に向けて、よりよい食生活のために、お子さんと給食や食生活について話してみましょう。</p>	

春休み中も毎日「朝ごはん」を食べましょう



春休み中も、早起きを心がけ、毎日朝ごはんを食べて生活リズムを整え、新学期を元気に迎えましょう。

「ご卒業・修了おめでとうございます」

新年度も「食」を通して、健康な体づくりを目指していてもらいたいと思います。
