

# 3月食育だより

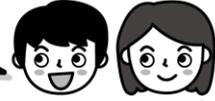
いばらきけんりつきょうわとくべつしえんがっこう  
茨城県立協和特別支援学校

2026.3

いまのクラスで食べる給食も、残りわずかとなりました。みなさんは、日々の給食からどんなことを学んできたでしょう？この1年間を振り返り、できたことをチェックしてみましょう。できなかったことは、来年度がんばりましょう。春休み中も早ね・早起きを心がけ、1日3食決まった時間に食べる等、規則正しい食生活を送りましょう。



## 1年間の振り返りをしよう!



<p>給食の前に 手をきれいに 洗えましたか?</p>	<p>食事のあいさつは 心を込めて 言えましたか?</p> <p>いただきます</p>	<p>おはしを正しく使う ことができましたか?</p>
<p>よくかんで味わって 食べられましたか?</p>	<p>バランスの良い 食事のとり方が わかりましたか?</p> <p>バランス</p>	<p>自分に必要な量を 考えて食べること ができましたか?</p>
<p>地域でとれる食べ物を 知ることができましたか?</p>	<p>行事食や郷土料理 について知ること ができましたか?</p>	<p>楽しい給食時間を 過ごせましたか?</p>

## ご卒業おめでとうございます

健康な心と体は、毎日の食事の積み重ねです。卒業後は、自分で選んで食べる機会が増えると思いますが、迷った時にはぜひ給食を思い出してください。

先生や友達と過ごした給食時間が、学校生活のかけがえない思い出の1つとなっていたらうれしいです。

