

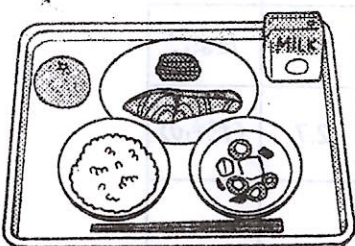
給食だより 3月

市川市立第三中学校

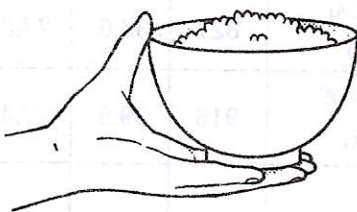
みなさんはこの1年間の学校生活を通して、大きく成長したことと思います。進級・卒業の前に1年間をふり返って、新しい生活への準備をしましょう。

マナーを守って食べましたか？

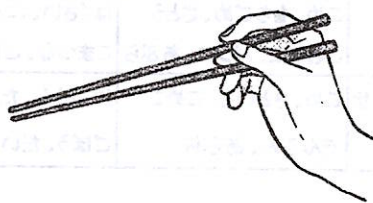
食器を正しく並べられた



茶わんや汁わんは手に持って食べた



はしを正しく持って食べた



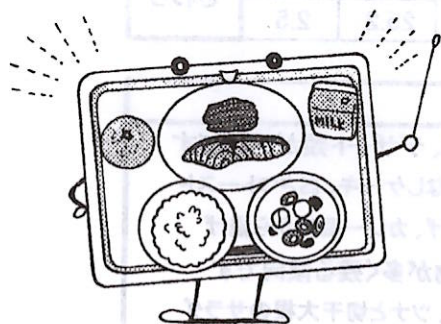
ひじをつかずよい姿勢で食べた



口を閉じて食べた



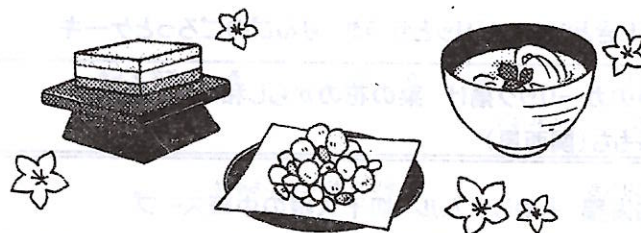
食べ終わるまで立ち歩かなかった



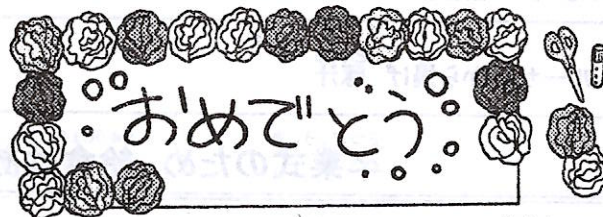
給食はおなかを満たす食事というだけではなく、栄養バランスのとれた献立や食事のマナー、食品の種類や特徴などについて学ぶことのできる「生きた教材」です。みなさんは毎日の給食を通して、さまざまなことを身につけてきました。給食で学んだことをふり返ってみましょう。

3月3日はひな祭り

ひな祭りは女の子の健康と幸せを願う行事です。ひな祭りに食べる、うしお汁のはまぐりは、対になっている貝から以外とはかみ合わないことから、夫婦の仲のよさをあらわすといわれます。



卒業・進学おめでとう!



ご卒業・ご進学おめでとうございます。成長すると、自分で食べるものを選んだり、料理をつくったりする機会も増えていきます。健康な体は毎日の食事からつくられることを忘れずに、今まで学んだことや、給食の献立を参考にして、栄養のバランスのよい食事を心がけてください。

か・ち・も・な・い?



か 書いた人はだれ?
ち 違う情報とくらべた?
も 元ネタ(根拠)は?
な 何のための情報?
い いつの情報?



家族みんなで家庭の仕事をしよう!

家庭の中では、年齢や立場の違う家族が協力して生活をしています。家庭の仕事は、買い物、食事づくり、部屋の掃除、ごみ出し、風呂掃除、洗濯などたくさんあります。仕事の仕方を調べたり、家族に教えてもらったりして、自分でできることを増やしながら、家族と協力して取り組みましょう。

