

# EAT通信 3月

令和5年(2023年)

和歌山市立西脇小学校

～食事は落ち着いて、よくかんで食べましょう～

今年度も残り少しくなりました。3月は学校生活のしめくくりの月です。

みなさんは、元気に学校生活を送ることができましたか？

## ～ 1年間の給食目標 ～



4月

身のまわりを  
ととのえよう

5月

給食の仕事を  
手際よくしよう

6月

衛生に  
気をつけよう

7月

よい食べ方を  
しよう

8月

生活リズムを  
ととのえよう

9月

食事作法を  
身につけよう

10月

何でも食べて  
丈夫な体になろう

11月

感謝して  
食べよう

12月

食後は静かに  
休もう

1月

きまりをまもり  
協力しよう

2月

たの  
楽しく  
食べよう

3月

1年間の  
反省をしよう

1年間の給食を振り返り、来年度も引き続きがんばりましょう。

☆おうちのひとといっしょにみてくださいね！

## 今月の給食目標「1年間の反省をしよう」

- ・残さず何でも食べられるようになったかを考えよう
- ・決まりを守って、楽しい給食ができたかを考えよう



## ～ ひなあられ ～



「ひなあられ」は、ひなまつりに欠かせないお菓子の1つです。みなさんは、東西で違いがあるのを知っていますか？関西では約1cmほどのあられの素焼きで、塩やしょうゆで味付けした物や、チョコレートなどでコーティングした物などもあります。関東では米粒みたいな形のポン菓子主流だそうです。

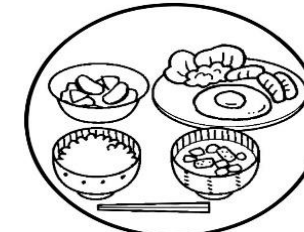
「ひなあられ」と呼び名は同じなのに、ところ変われば中身が違うというのは、地域の特色がでていて

おもしろいですね。



## 【早寝・早起き・朝ごはん】

毎日元気にすごすためには、早寝、早起きをして朝ごはんを食べることが大切です。春休み中も学校がある時と同じように、早寝・早起き朝ごはんを心がけましょう。



朝ぐずぐずしていると、一日のスタートが遅くなってしまいます。生活のリズムがくずれてしまうので気をつけるようにしましょう。