

# 3月給食だより

板橋区食育キャラクター 令和7年2月28日  
板橋区立紅梅小学校  
校長 小宮 孝之  
栄養士 加藤 望美



今年度も残り1か月となりました。みなさんにとってどんな1年だったでしょうか。  
3月は卒業や進級に向けて1年間の間をまとめる時期です。  
新学期を元気に迎えられるよう、1年を振り返り、食生活を見直してみましよう。



1年間を振り返って  
一緒にチェックして  
みるっちい♪

## ★ 今月の目標 ★

1年間の給食や自分の食生活を見直そう!

### ◆ 給食時間はどうだったかな？

- 食事の前に、きれいに手を洗えた
- 身支度を整えて給食当番の仕事をすることができた
- 「いただきます」、「ごちそうさま」のあいさつをすることができた
- 苦手な食べ物に挑戦することができた

### ◆ 食生活はどうだったかな？

- 毎日朝ごはんを食べることができた
- よくかんで、味わうことができた
- おやつは時間と量を決めて食べることができた
- 食事のバランスを考えて食べることができた



## 3月3日は ひな祭り

ひな祭りは季節の花にちなんで「桃の節句」とも  
言われています。ひな人形や桃の花を飾り、  
女の子の健やかな成長と幸せを願う日です。  
給食では三色の大福でお祝いします。

### 6年生のみなさん、

ご卒業おめでとうございます!!

6年間の給食はどうでしたか。健康な心と体は、毎日の食事の積み重ねです。今食べている食事は、未来の自分をつくるための重要な土台になります。これから先、自分自身で選んで食べる機会が増えていきますが、迷ったときには、ぜひ給食のことを思い出してください。

みなさんの新生活が健康で充実したものとなるよう願っています。

