

きゅう しょく しょく せい かつ ふ かえ

給食&食生活を振り返ろう

ねん この1年のまとめとして、給食時間や日ごろの食生活を振り返ってみましょう。

☐の中に「よくできた…○、時々できた…△、全然できなかった…×」を書き入れましょう。



きゅう しょく じ かん 給食時間を 振り返って	きゅうしょくとうばん し こと 給食当番の仕事を きちんとできた	まえ む しず 前を向いて静かに 食べた
じ ぶん ひつ よう りょう 自分に必要な量を 考えて食べることが できた	かんしゃ き も 感謝の気持ちをもって、 なるべく残さず食べる ことができた	じ かん ない た お 時間内に食べ終わる ことができた

しょく せい かつ 食生活を 振り返って	あさ まい にち 朝ごはんを毎日 食べた	おやつは時間と量を 決めて食べた
よくかんで食べる ことができた	し ぼう ぶん えん ぶん 脂肪分や塩分の とり過ぎに気がつけた	ぎょう じ しょく きょう ど りょう り 行事食や郷土料理 に興味を持つことが できた



てん ○…10点、△…5点、×…0点
として、採点してみよう！

/ 100 点

なんてん 何点でしたか？ できなかった項目は、これから意識して取り組んでみてください。