

# 給食だより

令和8年3月  
滋賀大学教育学部附属中学校

★3月の給食目標：1年間をふりかえろう！！★

## 給食の時間はいかがでしたか？ ～給食を通して成長できたことはありますか？～

今のクラスで給食を食べるのも残すところあと数日となりました。

3年生は卒業です。皆さんの思い出に残っている給食はどんな給食でしょうか？2月から卒業生のリクエストを盛りこんだ献立になっています。3月も楽しみにしていきましょう。そして残り少ないクラスでの給食の時間を、今一度大切にしてください。また、自分の身体が食べ物から作られることを忘れず偏った食事で体調を崩すことがないように、日々の食事に気をつけましょう。

さて、今年度の給食時間はどうでしたか？その月の給食目標を達成できたり、給食時間にもみなさんはたくさん成長していることと思います。

### 1. ねんかんのじぶんをふりかえってみよう！！

#### 食べる力の成長

- ・苦手だった食べ物に挑戦できた
- ・残さず食べられる日が増えた
- ・食事の姿勢や、箸の持ち方を意識できた



#### 健康への関心

- ・朝ごはんを食べる習慣がついた
- ・水分補給や間食の量を考えられるようになった
- ・運動や睡眠との関係を考えて生活できた



#### 主体的な食生活

- ・メニューを見て栄養を意識することができた
- ・家でも手伝いや調理に興味をもてた
- ・家族や友達と食事を楽しもうと工夫できた



出来たことが1つでもあれば、立派な成長です！！

保護者のかたへ  
1年間ありがとうございました！家庭での「食べる力」の食育と連動できるよう、給食も工夫して取り組んでいきます。来年度もよろしくお願いいたします。



### 4. がつからもつづけたい「しょくの3つのきほん」

#### よく噛んで食べる

胃腸を助け、脳の働きもよくなります

#### いっしょに食べるひとをたいせつに

食事は「心の栄養」にもつながります



#### いろいろな食べ物を組み合わせる

バランスよく食べることで体が元気になります

給食室から  
「おいしかったよ」の声と共に空っぽの食缶をみるととても嬉しかったです。来年度も美味しい給食を届けます！

## 卒業生のみなさんへ

3年生のみなさん、ご卒業おめでとうございます。  
みなさんは給食を通して、食に関することを学んできました。  
「食べること」は、たくさんの命をいただき、食に関わるたくさんの方々のご苦労に感謝することです。  
そして、自分の命をつないでいくことです。これからも、食事の時には、「いただきます」「ごちそうさま」の感謝の気持ちを忘れず、そして自分自身の命を大切にして、未来に向かって歩いて行ってほしいと思います。



給食について、ご意見・ご感想があればお寄せください。（こちらのご意見は、附属学校給食委員会にてご紹介させていただきます。）

★生徒みなさん・保護者のみなさん、どなたからでも結構です。

年 組