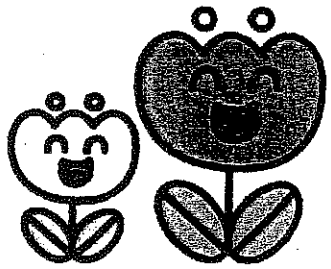
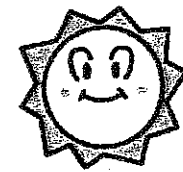


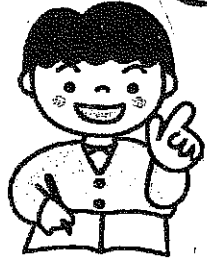
こんだてメモ

平成29年3月

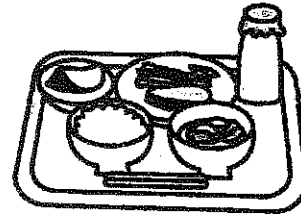
福生市学校給食センター



いくつできていましたか？



1年間の食生活をふり返ってみよう！

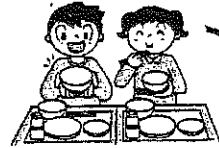


毎日朝ごはんを
食べることができた。

食事をできるだけ残さず
食べることができた。

苦手な食べ物にも
チャレンジできた。

朝、昼、夕と
3食決まった時間に
食事できた。



食事の準備や
かたづけのお手伝い
ができた。

ねる前におかしを
食べたりジュースを
飲まなかった。



給食当番の
みじたくがきちんと
できた。



よくかんで
食べることができた。

「いただきます」
「ごちそうさまでした」
のあいさつがきちんと
できた。



家族や友だちと
楽しく食べることが
できた。



食事の前に
きちんと手洗いができた。



食べているとき
みんなが笑顔になれる
話をした。



おやつを食べるときは
時間と量を決めて
食べることができた。

〇12~13個

すばらしい！

この1年、とても規則正しい食生活を送ることができ、
食事の時間を楽しむこともできているようです。
来年度もみんなのお手本になれるようがんばって
ください。

〇8~11個

その調子！

この1年、規則正しい食生活を送ることができました。
来年度もその調子で、さらにできることが増えるように
がんばっていきましょう。

〇4~7個

もう少し！

しっかりできていたことは、あなたの強みです。
来年度も続けて、さらにのばしていきましょう。
そして、できていなかったところはあなたの伸びしろ
です。来年度はできるようにがんばっていきましょう。

〇0~3個

少しずつがんばりましょう！

今年度はできていなくても、これからできるように
なることがたくさんあるということです。
毎日の食事や給食の時間などチャレンジする機会が
たくさんあります。少しずつがんばっていきましょう。

