



小学校6年生のみなさん、ご卒業おめでとうございます。

学校生活を振り返った時、皆さんの心の中にはどのような思いや景色が浮かんでいるでしょうか。

家族や友達、先生方との、たくさんの思い出で溢れていることと思います。それらの日々の中で、給食が楽しみだった日、給食を食べて力がわいてきた日があったら、とてもうれしく思います。みなさんの門出を心からお祝い申し上げます。



## WBC（ワールド・ベースボール・クラシック）開幕！

2026年3月にWBC（ワールド・ベースボール・クラシック）が開幕します。

WBCは、野球の国際大会であり、各国の代表チームが世界一を争うイベントです。

今大会では、前回に引き続き20の国と地域が参加します。

野球選手は普段、どんな食事や生活をしているのでしょうか？

日本代表に選ばれた大谷翔平選手はなんと、一日に10時間寝るだけでなく、一日に6~7回も食事をしているのだとか！みなさんも、WBCを応援しながら、よく動き、よく休み、よく食べ、元気な体を作りましょう！



## 「食育」チェックシート

ぎゅうしよくじかん  
給食時間を  
ふかえ  
振り返ろう

### 1年間をふりかえろう！

3月は、1年間のまとめをする時期です。給食の時間の過ごし方をふりかえってみましょう。

今年度できたこと、もう少しだったこと、来年度こそはできるようになりたいことを考えてみましょう。

この1年の給食時間を振り返り、できたことに○を付けましょう。

みなさんは、いくつ○が付きましたか？

パーフェクトの君!!  
給食のプロです!!

<p>給食の前に手をきれいに洗えた</p>	<p>給食当番の身支度をきちんとできた</p>	<p>食事のあいさつを心を込めて言えた</p> <p>いただきます</p>
<p>食器を正しく並べることができた</p>	<p>お箸を正しく持ち、上手に使うことができた</p>	<p>よくかんで味わって食べることができた</p>
<p>地域の産物や食文化を知ることができた</p>	<p>日本の伝統行事と行事食について知ることができた</p>	<p>バランスのよい食事の組み合わせがわかった</p>