

# 給食だより

令和7年3月  
福島県立ふくしま新世高等学校

今月のテーマ  
『一年の反省をしよう！』

寒い冬もそろそろ終盤になり、暖かい日も多くなる春本番の3月を迎えます。これから朝晩の気温の変化が大きく、体調を崩しやすい時期になります。今年度も元気に締めくくれるよう、1日3食バランスよく食べ、睡眠も十分にとり、免疫力を高めながら過ごしましょう！

## <1年間を振り返りましょう>

この1年間振り返ってみて、みなさんの食生活はいかがでしたか？今年度初めの4月給食だよりに「日々、皆さんが口にしたもので体は作られ、活動しています」と書きました。食事と体の健康は密接につながっています。健康に新年度を迎えるためにも、次の項目をチェックして、足りなかったところは直していきましょう。

①食事の前に手を洗うことができた 	②毎日朝食を食べた 	③よく噛んで食べるよう心がけた 
④好き嫌いなく何でも食べた 	⑤食事のマナーや給食室でのマナーを守り、楽しく食べることができた 	⑥給食で3色のグループの食品を知り、バランスよく食べることができた 
⑦感謝の気持ち持ってあいさつし、食べることができた 	⑧おやつは時間を決めて食べ過ぎることがないよう気を付けた 	⑨福島の食材について興味を持つことができた 

☆今年度の給食は3月19日で終わりになります。「おいしかったです」の一言がとてもうれしく励みになりました。来年度もおいしく安心安全な給食を提供したいと思います。ご理解ご協力、ありがとうございました☆

本校舎・保原校舎の4年生の皆さん、本校舎三修制の皆さん、ご卒業おめでとうございます！  
ふくしま新世高等学校での給食はいかがでしたか？  
これから社会に旅立つ皆さんは、1日の食事を自分で選ぶ機会が増えます。食べることを大切にし、いつも笑顔で元気に過ごし、「健康なからだ」でいてくださいね！

卒業証書