



# 心を育む学校給食週間 食べもの教室

これから気をつけたい  
ことを書いてみましょう。

## 1年生

■きょう、わかったことやこれから きをつけることを書いてみよう。

ひじをつかずにいことやきゅうはくちのさず  
たでること。

■きょう、わかったことや、これから きをつけることを書いてみよう。

きゅうは、よくかおようにする。  
ちゃんときいろいたべものをたべ  
るようになる。

## 2年生

■きょう、わかったことや、これから 気をつけることを書いてみよう。

かむことの大切さかいろいろあてそれが  
よくわかってよかったです。これからいろいろ  
食べるようにききういせすにいろいろ食  
るように気をつけようします。

■きょう、わかったことや、これから 気をつけることを書いてみよう。

あぶらあげが赤のなかまだったことが  
わかりました。  
こんど気をつけることはよくかんで  
食べることです。

## 3年生

■きょう、わかったことやこれから気をつけることを書いてみましょう。

今日、このお話を聞いたがビタミンCをとらないとスト  
レスであこり、ほくんだりかぜをひいてしまうことが  
分かったのでこんどからビタミンCのほかもとって元  
気にすこしいと思いました。

■きょう、わかったことやこれから気をつけることを書いてみましょう。

小魚などを食べないとほおや歯が弱くなるという  
ことは知っていたけど、あまり、カルシウムがた食  
べ物を知らなかったのだから今日の勉強はとっても  
ためになりました。小魚をいっぱい食べたいで  
す。

## 4年生

■きょう、わかったことやこれから気をつけることを書いてみよう。

カルシウムやビタミンA、B、Cをし、カリとりないと、健康な毎日が  
ふくぬいなまと思いました。運動もすいみしちゃんとして、た方が  
病気にまなびなくて教えてもら、てすこくありがたかったです。  
朝ご飯もきちんと食べようと思います。わたしは、  
ひひかかさかきになるのかすこくいやなのでビタミンAをし、カリとりたいたです。

■きょう、わかったことやこれから気をつけることを書いてみよう。

かせをひかないように、ビタミンCをた  
さんとりたいたと思います。カルシウムもた  
さんとりて歯や骨をじょうぶにしたいと思  
います。

## 5年生

■きょう、わかったことや、これから気をつけることを書いてみましょう。

牛乳ドリンクレシビの、ベリーベリーシェイクと、  
和風ミルクを作ってみました。思いました。  
カルシウムを取るのが大変だと、改めて  
わかりました。これからも栄養のバランスに気を  
つけたらいいと思います。

■きょう、わかったことや、これから気をつけることを書いてみましょう。

イロイロ必要な栄養は、カルシウム、鉄、ビタミンと知って、これからよくこの3つに  
気をつけて、バランスのよい食生活はしたいです。  
牛乳は、給食の中のカルシウムの1/3をしめ  
さす。カルシウムがたこす。カルシウムは、  
これから、好きをたす。なんでも食べ物をたす  
してたいです。

## 6年生

■きょう、わかったことや、これから気をつけることを書いてみましょう。

今日の授業は、カルシウムの勉強でした。いままではせん  
ぜん気にしてなかったのだから、カルシウムが不足していたの  
で、一番カルシウムのとれる牛乳を飲みたいたと思います。後、牛乳は  
けでばめなので、いわしなどの小魚を金たいたいたと思  
いました。

■きょう、わかったことや、これから気をつけることを書いてみましょう。

とうふ、チーズ、ヨーグルトなどにカルシウムが  
たすことははじめて知りました。今までは、牛乳や  
小魚などにほかにししか、カルシウムがたない  
と思っていたので、ほかの事が知れたのでた  
です。