

### ねん かん 1年間をふりかえってみよう



みなさんは、学校や家でどのような食生活を送っていましたか。1年間どのように過ごしてきたのか、自分自身をふりかえってみましょう。



【○(できた)、△(時々できた)、×(できなかった)でふりかえってみましょう。】

<p>① 毎日朝ごはんを食べた</p>	<p>② 3食かかさずに食べることができた</p>	<p>③ 間食は時間を決めて食べ、食べ過ぎなかった</p>	<p>④ 3つのグループの食品をバランスよく食べた</p>	<p>⑤ 食べられることに感謝できた</p>
○ △ ×	○ △ ×	○ △ ×	○ △ ×	○ △ ×
<p>⑥ よくかんで食べるように心がけた</p>	<p>⑦ 身支度を整えて、給食の準備ができた</p>	<p>⑧ 食事の前には、手をきれいに洗った</p>	<p>⑨ きらいなものでもがんばって食べた</p>	<p>⑩ 食事のマナーを守って食べた</p>
○ △ ×	○ △ ×	○ △ ×	○ △ ×	○ △ ×

できないところがあつた人は、来年度にまたがんばってみましょう!

