

3月

おこおりしやくしょ ほいくじょ ようちえんかかんりいようしほらぐちあきこ  
小郡市役所・保育所・幼稚園課管理栄養士原口明子

# 食育だより

ご卒園、おめでとうございます。園では、年長さんのリクエストメニューを中心とした「お別れ給食が始まります」今まで食べた給食の中で思い出に残った献立やおやつを提供していきます。

小学校で勉強する時には、朝ごはんを食べて、先生の話が集中して聞けるようになりたいものです。今からでも、毎日の食生活を見直してみませんか。自己免疫力高め、感染症から身を守りましょう。そのためにも、三食バランスよく食べる事が大切です。



朝・昼・夕 3食きちんとたべよう



力ゼの予防  
ここがたいせつ



家に帰ったら、必ず手  
あら洗い、うがいをする。

規則正しい生活をする。

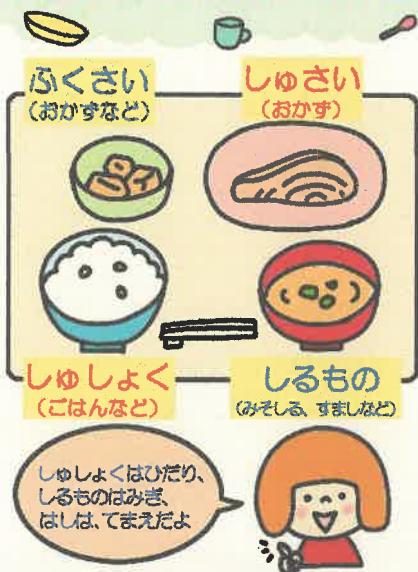




新型コロナウイルス  
感染症や食中毒  
から身を守るため  
に、しっかり行い  
ましょう。



# しおりのならべかた



# よい しせいで たべよう



たの  
楽しく、時間内に食べ  
るにはどうしたらいい  
のかな

はしやスプーンなど、  
うまく使うといいよ。  
しっかり、噛んでたべ  
ましょうね。

