

# 給食だより



令和3年度

5月号

毎月19日は食育の日

裏磐梯学校給食共同調理場

## 今月の給食のめあて

小学校：食事のマナーを身に付けよう。

中学校：正しい食事作法やマナーを理解しよう。

## 正しいマナーで楽しい食事をしよう

5月の給食のめあては「食事マナー」です。

マナーを守って食べることで、一緒に食べる相手や同じ部屋にいる人も、気持ちよく食事の時間を過ごすことができます。食事の時には、どのようなことに気をつけたら良いか確認しましょう。

### 食器を正しく持つ



茶わんや汁わんは  
手に持って食べます。

### 好き嫌いをしない



健康な体をつくるために、いろいろな物を食べることが大切です。  
苦手な食べ物も一口は食べてみるようにしましょう。

### 口に食べ物を入れたまま

#### 話さない



おしゃべりは飲み込んでから！  
を意識しましょう。  
感染症予防にも効果的です！

### 食べている途中で 立ち歩かない



食事中に、席を立って遊んだり  
友達とふざけたりしません。  
自分が食べ終わっても、静かに席  
で待ちましょう。

### 食事にふさわしい会話 をする



食事中は、汚い話や気持ちの  
悪くなる話、大声を出すなど、  
人の迷惑にならないように  
気をつけましょう。

### 楽しい雰囲気の中で 食事をする



食事は家族や友達との  
大切な時間にしましょう。

# ※おはしの使い方※

おはしの<sup>つか</sup>使い方を<sup>かた</sup>紹介<sup>しょうかい</sup>します。正<sup>ただ</sup>しくおはしを<sup>も</sup>持つことで、食<sup>た</sup>べこぼしが<sup>へ</sup>減り、手<sup>て</sup>も<sup>つか</sup>疲れにくくなります。食<sup>しょくじ</sup>事を<sup>たの</sup>楽しむために、正<sup>ただ</sup>しいおはしの<sup>も</sup>持<sup>かた</sup>ち方、いけ<sup>つか</sup>ないおはしの<sup>かた</sup>使い方、両<sup>りょうほう</sup>方<sup>おほ</sup>を<sup>たいせつ</sup>覚<sup>たいせつ</sup>えることが<sup>たいせつ</sup>大切<sup>たいせつ</sup>です。毎<sup>まいにち</sup>日の<sup>しょくじ</sup>食<sup>いしき</sup>事で<sup>いしき</sup>意識<sup>いしき</sup>して<sup>いしき</sup>みて<sup>いしき</sup>ください。

## おはしのもちかた



1



2



3

まんなかよりすこ  
しうえを、えんぴ  
つのもつ。

2ほんめを、おやゆびの  
つけねのわにとおし、く  
すりゆびでささえます。

うえのおはしだけうごか  
して、さきっぽが、あえ  
ばたしいもちかたです。

## おはしのいけないつかいかた (嫌箸 きれいはし)



### たてばし

おそうしきの  
やりかたなの  
で、しない。



### わたしばし

ちゃんにおくと  
「もういりません」  
のあいずになっ  
てしまいます。



### さしばし

おはしですすの  
はだめ。ちいさ  
くきりわけて、  
つまみましょう。



### よせばし

おはしでうつわをう  
ごかすとテーブルが  
きずついたり、いや  
なおとがします。



### にぎりばし

おはしをにぎっ  
てつかうのはや  
めよう。



### おがみばし

ていねいにみえま  
すが、はしさがひと  
にむいて、しつれい  
なのでやめます。



### ねぶりばし

ぎょうぎがわる  
く、みぐるしい  
つかいかたです。



### まよいばし

どれをたべようか、  
はしであちこちま  
ようのも、ぎょう  
ぎがわるい。