

しょくいく

食育だより



城東小 食育キャラクター

令和2年度

9月

岸和田市立城東小学校



食事のマナー、できていますか？



「マナー」とは、もともと「手」を意味するラテン語からできた言葉です。道具を手で扱うことから「作法」を意味するようになり、今では、人に対する態度についてもいわれる言葉です。マナーの基本は、相手の立場になって考え、気持ちを思いやることです。毎日の給食でも、みんなが気持ちよく食べられるように、食事のマナーを守りましょう。

しよつき 食器やはしを正しく持っていますか？



茶わんやおわんは手に持って食べましょう。

すききらいをして食べていませんか？



苦手なものも一口食べてみましょう。

くちい 口に入れたまま話をしていますか？



まわりに飛び散ってしまうよ。気をつけましょう。

た 食べている途中で立ち歩いたりしていませんか？



周りにいる人は、気になって、落ち着いて食べることができないよ。

しよくじちゆう 食事中にふざけい話をしていますか？



気持ちが悪くなるような話をされると、料理がだいなしになってしまうよ。話す声の大きさにも注意しましょう。

たの 楽しい雰囲気ですぐに食事ができていますか？



みんなで楽しく食べるには、相手のことを考え、お互いが気持ちよくできるマナーを守って食べましょう。

現在の給食は、各クラス、感染症防止のために机を向かい合わせにせず、会話も控えるようにして食べています。

食事をする人同士が、十分に距離がとれている時も、「食事のマナー」を守って食べるようにしましょう。

ごはんの、食べ方

ごはんは、茶わんを手に持って、食べましょう



茶わんを手に持ち、口に近づけて食べる



いとそこ 糸底

親指を茶わんのふちにつけ、残りの4本の指をそろえて、わんの底 糸底にのせてね。

しる物の、飲み方

しるを飲むときは、おわんを手に持ち、口まで運びましょう



おわんを口まで運び、口をつけて飲む

しるを飲むときは、はしで中の実（具）を、押さえるようにして飲んでね。音を立てて飲んだりするのは、マナーいはいだよ。



食事のあいさつをきちんとしよう

しんせつ 親切には



ありがとう

た 食べる前は



いただきます

た 食べた後は

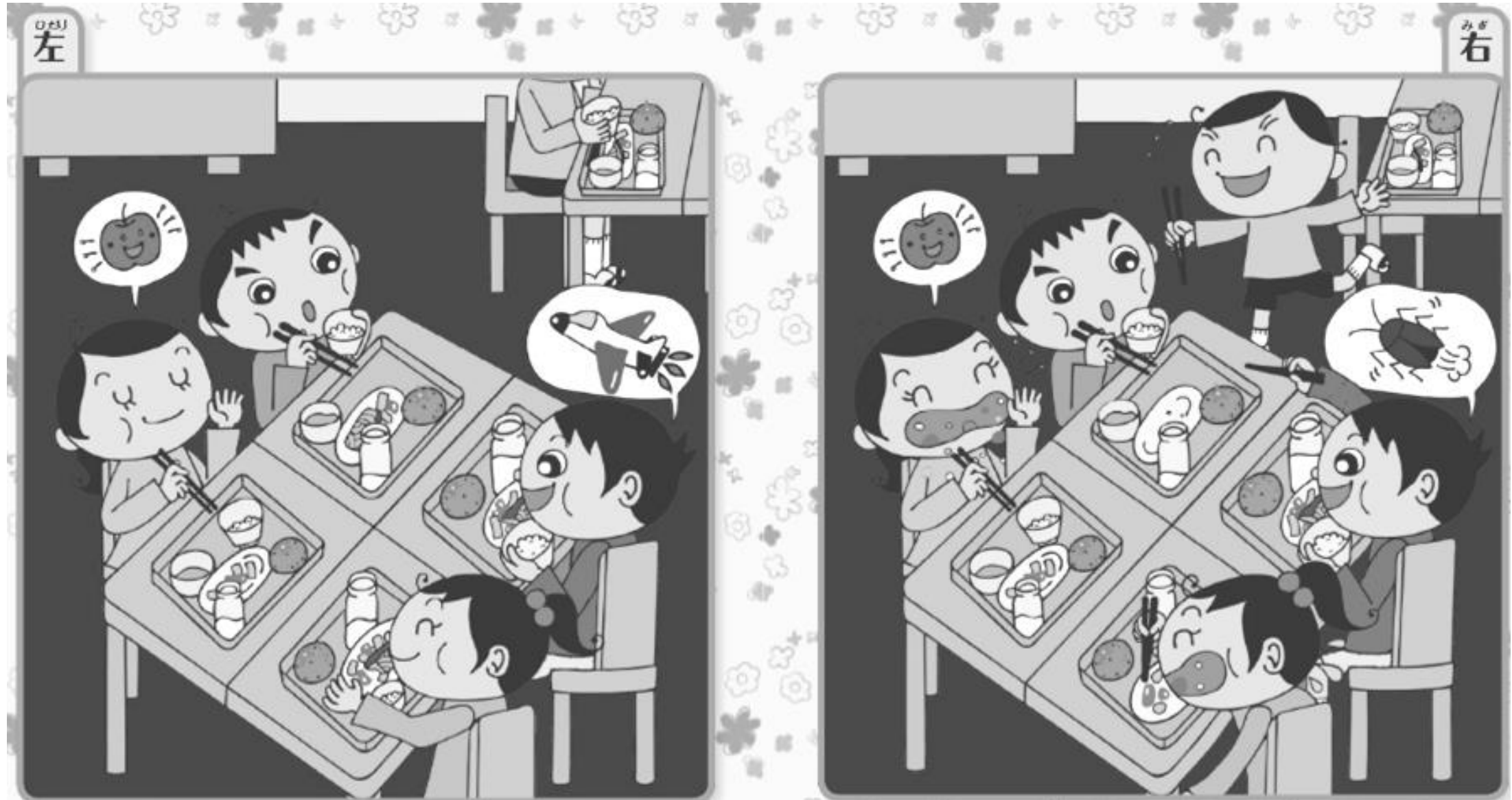


がんばってました

まちがいさがし ～食事のマナー～

2枚の絵には

ちがうところが6つあります。見つけたら右の絵に○で囲みましょう。



給食では、感染症をふせぐために
机を向かい合わせにせず、会話も控えるよう
にして食べているよね
食事をする人同士が、十分に距離がとれて
いる時も、「食事のマナー」を守って食べ
ると、みんなが気持ちよく食べられるよ。



- ① 食事中は勝手に席を立って歩きまわってはいけないよ。
- ② あれっ、おかずばかり先に食べているね。「ばっかり食べ」とって
体にも見た目にもあまりよくない食べ方だよ。
- ③ はしの先を人に向けたらあぶないよ。やめようね。
- ④ ゆめのある話や楽しい話はいいいけれど、人がいやがる話やきたくない話
をするのはやめようね。
- ⑤ 口の中に食べ物を入れたまま、おしゃべりしてはいけないよ。
- ⑥ お皿に顔を近づけて食べるのは「犬食い」とって、とてもカッコわるい
食べ方だよ。背筋を伸ばし、はしやスプーンで口まで運んで食べよう。

