

食育だより 5月号



令和3年5月
萩野台共同調理場

木^きの^{みどり}緑^りがあざやかに、さわやかな^{きせつ}季節^{せつ}になりました。新^{あたら}しい^なクラスにはもう慣^なれましたか？
5月^{がつ}は気^き候^{こう}もよく、学^{がく}校^{こう}にも慣^なれてきて、元^{げん}気^きいっ^いぱい動^{うご}ける時^じ期^きです。早^{はや}寝^ね早^{はや}起^おきを、食^{しょく}事^じもきち^しん^んと食^たべ、1日^{いち}をしっ^しかりと楽^{たの}しみま^ましょう。

マナーを守って楽しく食事をしよう

ク^くラ^らス^すでみ^{たの}ん^{しよく}だ^の楽^ししく食^{しょく}事^じをするた^ため^めには、決^きまりご^ごとがいくつ^つかあ^あり^ます。「食^{しょく}事^じをよ^より^り楽^{たの}しむた^ため^めの近^{ちか}みち^ち」と^として、食^{しょく}事^じのマ^まナー^{ナー}を守^{まも}りま^ましょう。



き^きゆう^{ゆう}し^しよ^よく^く時^じ間^{かん}にな^なった^らら、き^きち^ちん^んと^と手^てを^を洗^{あら}い、机^{つくえ}を^をふ^ふきま^ましょう。



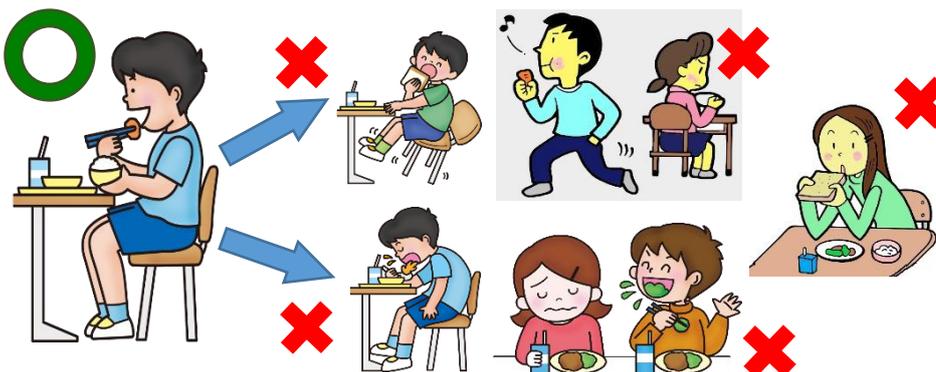
き^きゆう^{ゆう}し^しよ^よく^く当^{とう}番^{ばん}の^の人^{ひと}は、身^みじ^じた^たく^くを^をし^して^てき^きれ^れい^いに^にも^もり^りつ^つけ^けま^ましょう。



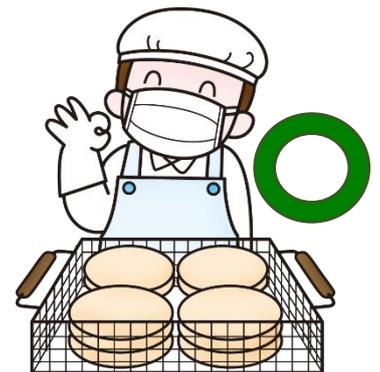
食^たべ^べる^る前^{まえ}は「い^いた^ただ^だき^きま^ます」、
食^たべ^べ終^しわ^わった^あとは「ご^ごち^ちそう^{そう}さ^さま」、
し^しっ^っかり^りあ^あい^いさ^さつ^つを^をま^ましょう。



ご^ごはん^{はん}碗^{わん}は^は手^てに^に持^もち、パ^ぱン^んは^は少^すし^しず^ずつ^つち^ちぎ^ぎつ^つて^て食^たべ^べま^ましょう。お^お箸^しは^はき^きち^ちん^んと^とき^きれ^れい^いに^に持^もて^てい^いま^ます^すか。



背^せ中^{なか}は^はし^しっ^っかり^り伸^のば^ばし^して^て食^たべ^べま^ましょう。足^{あし}を^を床^{ゆか}に^につ^つけ、猫^{ねこ}背^せに^にら^らな^ない^いよ^よう^うに^に注^ちう^うい^いま^ましょう。食^{しょく}事^じ中^{ちゆう}に^に立^たっ^って^て歩^{ある}い^いたり、ひ^ひじ^じを^をつ^ついて^て食^たべる^るの^のは^はマ^まナー^{ナー}違^い反^{はん}です。



食^{しょく}器^きも^も食^{しょく}缶^{かん}も^も空^{から}っぽ^ぽに^にし^して^てき^きれ^れい^いに^に食^たべ^べると、と^とて^ても^も気^き持^もち^ちが^がよ^よく、う^うれ^れしく^くな^なり^りま^ます!

マナーの基本

- 1) 姿^{しせい}勢^{ただ}を^を正^{ただ}そう
- 2) 他^た人^{にん}の^の迷^{めい}惑^{わく}に^にら^らな^ない^いよ^よう^うに^にし^しよう
- 3) 食^{しょく}器^きを^をき^きち^ちん^んと^と持^もと^とう
- 4) 感^{かん}謝^{しゃ}の^の気^き持^もち^ちを^をわ^わす^すれ^れな^ない^いよ^よう^うに^にし^しよう