



# 給食だより

平成 29 年 10 月

宝立小中学校

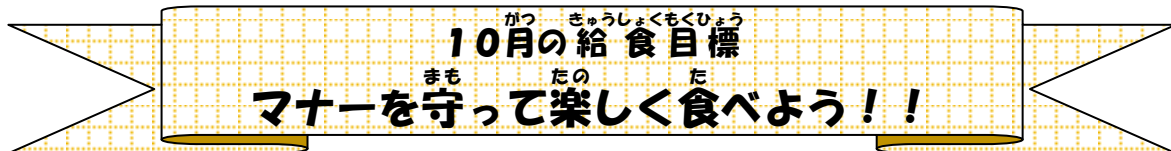
1～6年生用

だんだん秋っぽくなってきましたね。

給食の準備がはよくなったり、ゆかに食べこぼしが落ちていなかったり、ニガテなものも食べられる日がふえたり。運動会がおわったとたん、ぐっとみんなが成長したと思います！

これにグッドマナーが加われば、鬼に金棒\*、最強だね！

\*【ことわざ】鬼に金棒：強いものがなにかを得て、さらに強くなることのとえ



< マナーを守ると、自分もみんなも気持ちよく、楽しく食事ができます >

そもそも食事中のマナーって？  
どんなことにきをつけることだろう？



ごはんの時間は楽しいですね。そんなときに、イヤなことがあったら、せっかくのごはんも台無し。みんなが楽しくごはんを食べるために、あいてを「おもいやる」気持ちからうまれたのがマナーです。

## < はしをもったまま、べつのことをする >



はしをもったまま、牛乳をのんだり、はくしゅをしていませんか？



はしがあたらあぶないよ。  
しるがとんだりもするので×。  
おはしはおぼんにおきましょう。

## < 音にも注意を >



ずずずーっ！この音を  
まわりの人はうれしく思いません。  
食器のガチャン！という音もびっくりしますね。



汁は音をたてないようにきをつけてのみましょう。  
食器は大切に、あつかいましょう。

## こんなこと、じぶんは、やっていないかな？

### < 食べ方も大切 >

食べているとき、食べ終わったとき、お皿の中はどうなっていますか？



作ってくださった人は、見た目も大切にしています。



たべものをくちやくちやにしないように、食べましょう。  
お米1つぶ、きゅうり1まいも料理です。残さずに！

### < 食事中にふさわしくないことをする >



トイレの話などをしていませんか。  
げっぷも どうどうとするのは×。



話は食事が終わってからにしましょう。  
げっぷをしてしまったら、まわりの人に「ごめんね」とあやまらしましょう。

○おうちの方へ○

おうちでもマナー違反をしていないか、時々目を配り、注意してあげてください。定着には時間がかかりますが、一度身に付いたら無意識に行動に反映されます。いい習慣を身につけてほしいですね。



# 給食だより

平成 29 年 10 月

宝立小中学校

7～9年生用

10月の給食目標  
マナーを守って楽しく食べよう！！

みなさんは、食事のとき、マナーに気をつけて食べていますか？

マナーなんてそんなに気に  
する人はいないんじゃない？

注意されないし、  
自分は大丈夫！

・・・と思う人はいませんか？

✿正直、マナーが悪い人をどう思いますか？こんな意見が・・・

- ・くちゃくちゃ食べる人が近くにいると苦痛です
- ・箸の持ち方があまりにもへた過ぎて見てて恥ずかしくなります
- ・すすりながら食べるので、耳についてストレス
- ・片手だけで食べる人、すごくみっともないです



直接言われることはなくても、実はかなり悪い印象を持たれています。さらに、初めは注意してくれますが、直らないと『もう言うのも疲れてあきらめてます』となります。

そして、この人はマナーがなってない人、とみられるようになってしまうのです！  
なにも言われなから OK とは言い切れないようです。

✿では！どんなことが周りを不快にしまうのか！？セルフでチェック！



- ひじをつく
- ひざを立てる
- いただきます、ごちそうさまの挨拶ができない
- くちゃくちゃ音をたてて食べる  
(汁やめんをズズーとすする、口を開けてくちゃくちゃと食べる)
- 茶わんを持たない
- 何かしながら食べる、食事中に携帯電話をさわる
- 茶わんに米粒を残したままにする



マナー違反は自分では気がつかないこともあります。友達や家族に見てもらって、友達のマナーで気になることがあったらそっと教えてあげましょう。

～チェックの結果はどうでしたか？～

四六時中、マナーを意識できていた人、意識していないけどマナーはばっちりだった人、どちらのタイプもすばらしいですね◎

気をつけたいマナーが見つかった人は、マイ・グッドマナーキャンペーンを始めましょう。

グッドマナーは気をつけようと意識すれば、今すぐだれにでも実行できますよ！ Let's try!