

# 給食だより 5月

七尾市立小丸山小学校  
令和5年5月号

若葉の緑がまぶしい5月、新しい学年が始まり1ヶ月が経とうとしています。さわやかに過ごしやすい時期になりますが、長い連休もあり、4月からの新しい環境での疲れが出やすくなります。家庭では早めに休み、十分な睡眠をとるように心がけましょう。また、朝ごはんは1日の原動力です。朝ごはんをしっかり食べて毎日元気に過ごしましょう。

## 5月の給食目標 「マナーを考えて食事をしよう」

食事のマナーは、自分自身が食事をきちんと行うことができるようにするためと、周りの人たちに不愉快な思いをさせないためにあります。毎日の給食でもみんなが気持ちよく食べられるように、マナーの意味を考え、しっかり守りましょう。

### 食事のマナー、できていますか?

#### こんなことしていませんか?

食器やはしを正しく持っていますか?



正しいはし使いは、上手にそして美しく食べるための近道です。茶碗やおわんは手に持って食べましょう。

好き嫌いをして食べていませんか?



もし自分が一生懸命につくったものが食べられずによけられたらどう思うでしょう。健康のためにもひと口でも食べてみましょう。

口に入れたまま話をしていますか?



周りに食べ物が飛び散ります。もし自分のお皿にそんなものが入ったら、本当にいやですね。気をつけましょう。

食べている途中で立ち歩いたりしていませんか?



食べている途中で席を立ったり、友だちとふざけたりすると、周りには人は気がなつて、落ち着いて食べることができません。

食事中にふざかしい会話をしていますか?



汚い話や気持ちが悪くなるような話をされてしまつては、おいしい料理がだいなしです。話す声の大きさにも注意しましょう。

楽しい雰囲気できず、食事ができていますか?

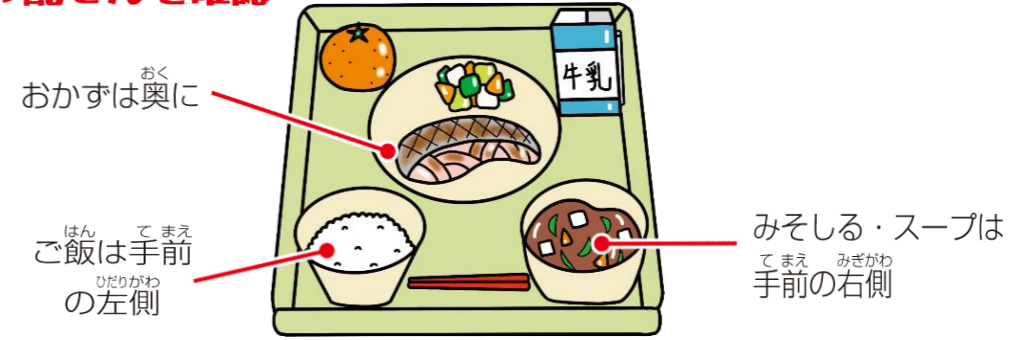


みんなで楽しく食べるには、相手のことを考え、お互いが気持ちよく食べることができるといいですね。

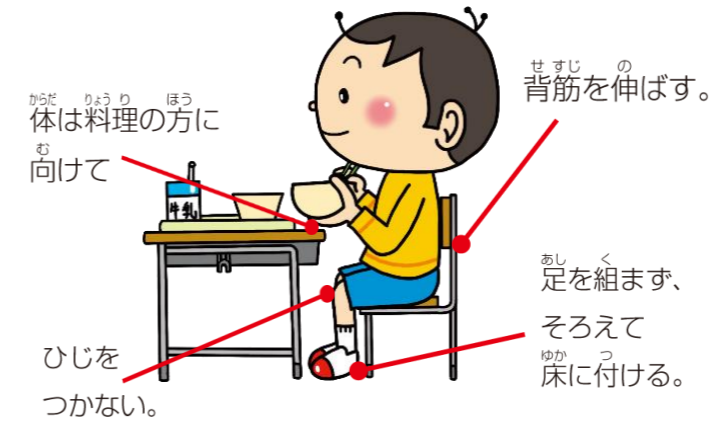
# かっこいい食べ方をしよう



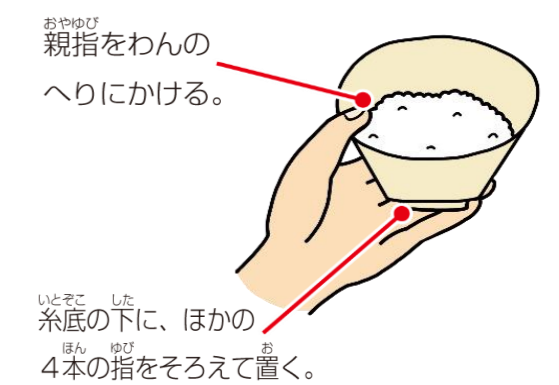
## ① 食器の配ぜんを確認



## ② 背中を伸ばして



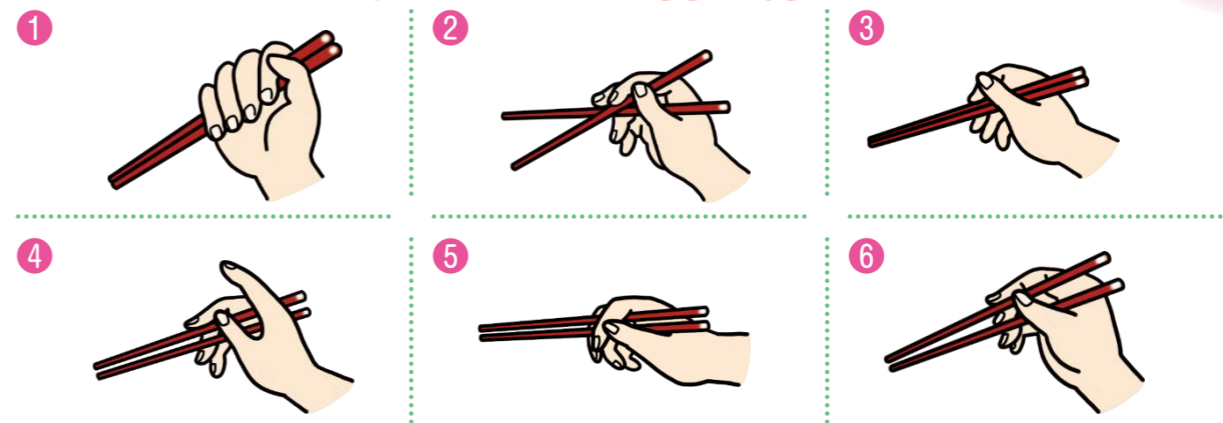
## ③ お茶碗は手に持って



## おはしを上手に使えるようになろう!

あなたのはしの持ち方はどれですか? 下の絵の中であてはまるものに○をつけてみましょう。おうちの人や先生にも見てもらいましょう。

### あなたはどの持ち方?



正しいのは⑥です。和食は先が細くなつただけを使って食べることを前提にして発展してきました。汁物は碗を使って直接口に運びます。そして、その細いはし先をなるべく汚さないで食べることが上品な食べ方になります。はし先が鳥のくちばしのように、小さなものもつまむことができる⑥の持ち方は、その意味でもとても理にかなつた持ち方です。

