

給食だより

令和元年 5 月
舞鶴市立 明倫小学校

マナーを身につけるのは日々の食卓から

食事のマナーを身につける場所として貴重な位置を占めているのは、やはり「家庭での食卓」です。

毎食は無理でもできるだけ回数多く一緒に食べられるといいですね。

マナーは、毎日の食事の中で少しずつ繰り返し教えることが大切です。

また、理由を教えることも大切なことです。「みっともないから、恥ずかしいから」というだけでは子どもたちも納得しません。一緒に食事をする人どうしがお互いに気持ちよく食べるための心遣いであることを年齢に合わせてかみ砕いて説明しましょう。

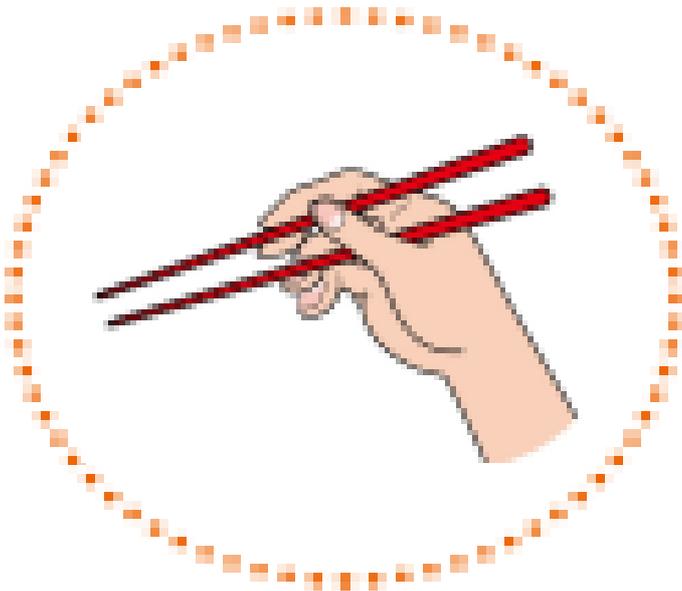
～おはしの持ち方～



「はしに始まりはしに終わる」といわれるように、はしには、日本の文化や日本人の気質が詰まっています。

正しいはしの持ち方、使い方ができると、見た目も美しく、料理が食べやすくなります。また、周りの人も気持ちよく、楽しく食事ができます。

日ごろから大人も正しいマナーを意識することが大切です。

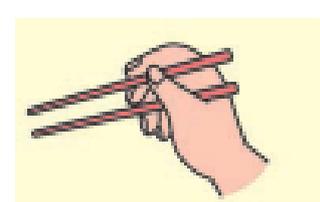
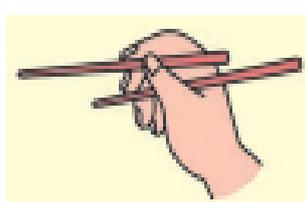
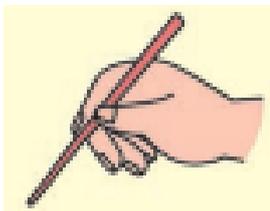


①正しいえんぴつの持ち方で、はしを1本持つ。

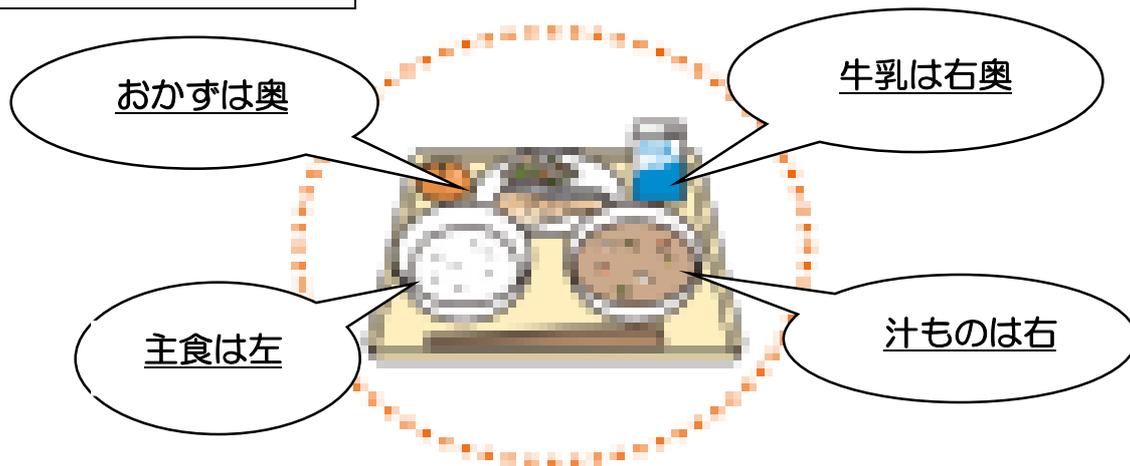
②はしを「1の字」を書くように、たてにうごかす。

③もう1本のはしを親指のつけねから、中指と薬指の間に通す。

④上のはしだけをうごかすように練習する。



～基本の配膳～

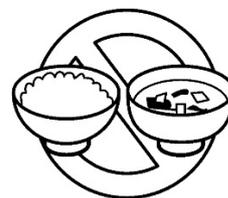


食器はどこに並べてもよいというものではありません。日本の食卓の定番であり、バランスのとれた食事となる「一汁三菜」を基本に給食では、上図のようにおき、当番や自分たちで食器をトレイに並べます。家庭でも、最初は教えながら一緒に並べ、慣れてきたら子どもに任せ、考えながら体験させることも大事なことです。

日本料理の基本的な型の並べ方は、室町時代に完成したと言われていています。しっかり覚えて大切な食文化を受け継ぎ、未来につなげていきましょう。

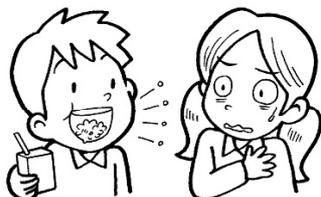


マナー違反に要注意!



次のようなことをしている人はいませんか？
自分やまわりの人とチェックしてみましょう。

口に食べ物が入った
ままおしゃべりする



がちゃがちゃと
食器の音を立てる



ひじをついて食べる



まわりの人とふざける



食事中に席を立つ



食事中にふさわしく
ない話をする

