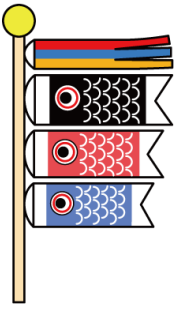


5月食育だより



食事マナーを守って食べよう

食事にはエネルギーや栄養素をとる以外にも、人と人のつながりを深めたり、心を和ませたりする働きがあります。食事マナーは昔から伝えられてきたもので、相手をいやな気持ちにさせないことやきれいに食べるために守ってほしい大切なことです。

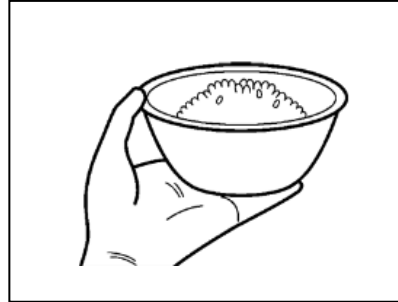


こんな食事マナー

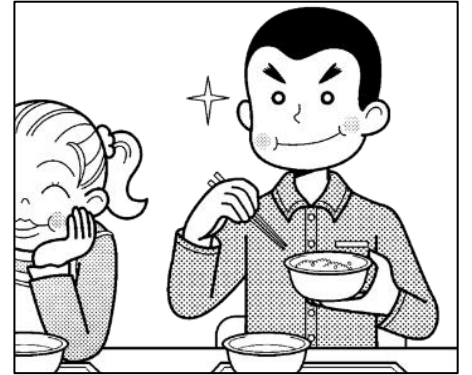
できているかな？



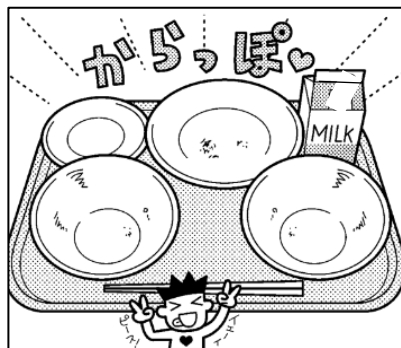
①感謝の気持ちを込めてあいさつができた



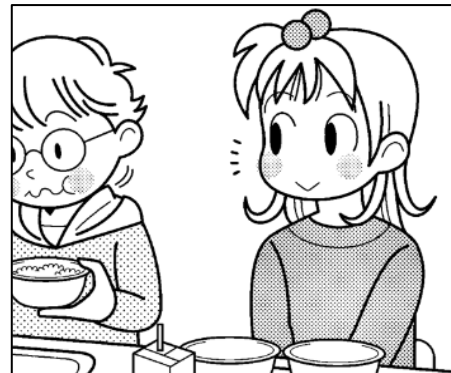
②食器(大おかず・ご飯)は手に持って食べることができた



③机にひじをつかずに食べることができた



④好き嫌いをせずにしっかり食べた



⑤食べ終わっても席で静かに待てた

食器の置き方(右利きの場合)

牛乳は
右上OR左上

ランチボックスは
上

主食
(ごはん・パン)は、
左

大おかずは
右



国が変わると
マナーも変わる！

世界には いろいろな マナーがあるよ



国によって文化は異なり、食事マナーも変わります。自分の基準だけで物事をはからず、広い視野を持ってお互いを尊重する気持ちを忘れないようにしたいですね。

作成：豊中市立中学校栄養教諭

豊中市教育委員会事務局 学校給食課

TEL/06-6843-9101