






12月 鳴門市給食だより

鳴門市教育委員会発行

今年もあとわずかとなりました。年末・年始には楽しい行事が続いて、生活リズムが崩れがちになってしまいがちですが、三食をしっかりと、栄養のバランスにも気をつけて元気に過ごしましょう。

***** **食事のマナーを守りましょう！** *****

<p>はしと食器を 正しく持って食べよう！</p>  <p>はしや食器を正しく持って使うと食べやすくなります。食べる姿もとても美しくなります。</p>	<p>好き嫌いしないで食べよう！</p>  <p>苦手だからといって、全く手をつけられないと、作ってくれた人も悲しくなります。苦手なものでも、少しは食べてみましょう。</p>	<p>口に食べ物を入れたまま話すのはやめよう！</p>  <p>口から食べ物が飛び散ると、周りの人はとても嫌な気持ちになります。</p>
<p>食事中は勝手に立って歩かないようにしましょう！</p>  <p>周りの人が、落ち着いて食事することができなくなります。自分が食べ終わっても、静かに席で待ちましょう。</p>	<p>食事中にふさわしい会話をしよう！</p>  <p>汚い話や気持ちが悪くなる話題はさけて、食事が楽しく、おいしくなるような話をしましょう。</p>	<p>楽しい雰囲気づくりを心がけよう！</p>  <p>みんなで楽しく食べると、食事がよりおいしくなります。いろいろな工夫をしてみましょう。</p>

こんげつ 今月の 食育目標 **食事のマナーについて 考えよう** かんが

