







# 給食だより 5月号

助任小学校

## ★食事のマナーを身につけよう★

<p><b>食事のマナー 一週間</b></p> <p>食事のマナーを身につけるには、日々の積み重ねが大切です。毎日一つのことを意識して、食事のマナーが身についているか見直してみましょう。ご家庭でもご指導をよろしくお願ひします。</p>	<p><b>月</b></p> <p><u>姿勢をよくする</u></p> <p>背筋は伸ばす お茶碗をもつ</p> 	<p><b>火</b></p> <p><u>箸を正しく持つ</u></p> <p>上箸は鉛筆のように持ち、下箸は固定</p> 	<p><b>水</b></p> <p><u>よくかんでゆっくり</u> <u>味わって食べる</u></p> 
<p><b>木</b></p> <p><u>ごはんとおかずは</u> <u>交互に食べる</u></p> <p>口の中で味を重ねる</p> 	<p><b>金</b></p> <p><u>口に食べ物を入れた</u> <u>まましゃべらない</u></p> <p>口を閉じてかむ。</p> 	<p><b>土</b></p> <p><u>食事中は会話を控</u> <u>え感染症予防をする</u></p> 	<p><b>日</b></p> <p><u>感謝の気持ちを</u> <u>もって食べる</u></p> 



## ★「新しい生活様式より」～給食編～★

<p>給食の「前と後」には、 丁寧に手を洗う</p> 	<p>「いただきます」 まで、マスクを 外さない</p> 	<p>席は前向きで食べる</p> 
<p>食事中は 静かに 食べる</p> 	<p>歯磨き中は しゃべらない</p> <p>※歯みがきを見合わせて いる学校もあります。</p> 	<p>体調の悪い時は 給食当番を しない</p> <p>※先生に伝えて、 当番を交代して もらいましょう。</p> 