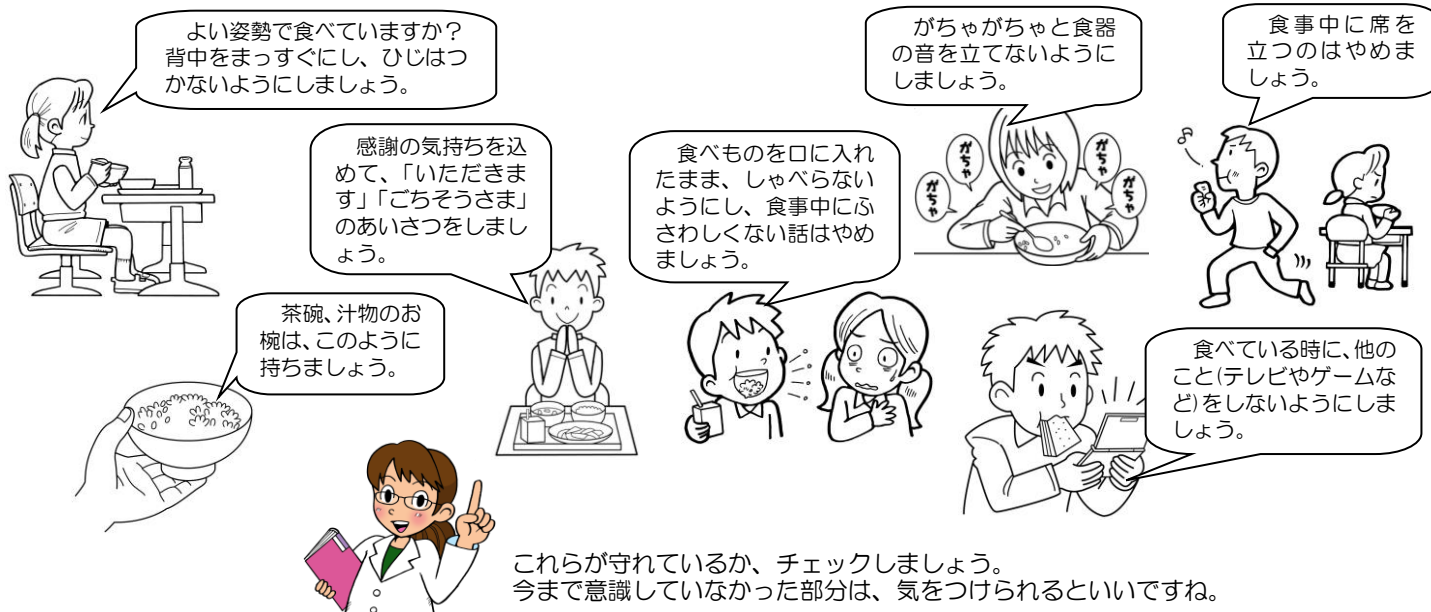


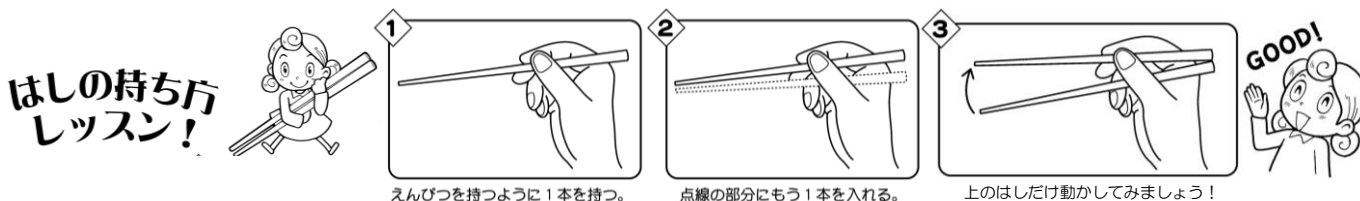
# 守っていますか？食事のマナー

食事のマナーとは、みんなで楽しく食事をするためのきまりです。マナーを守ると、一緒に食事をしている相手に嫌な気持ちをさせずに、お互いに気持ちよく過ごすことができます。家や学校で食事をするときに、どんなことに気をつければ良いか考えてみましょう。



## はしを上手に使いましょう

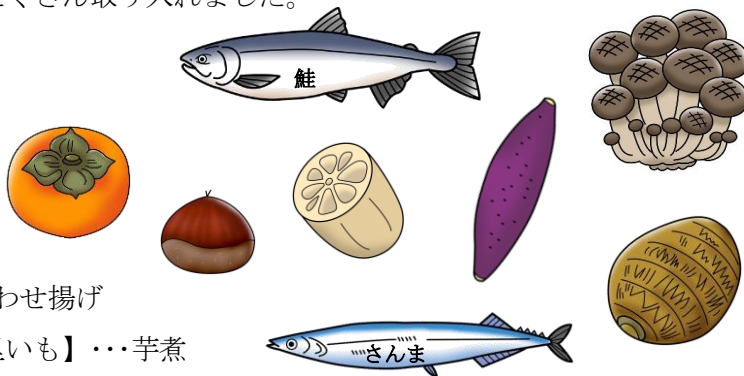
世界の国には、食事の時に「フォーク・ナイフを使う国」、「はしを使う国」、「手で食べる国」などがあります。日本のようにはしを使う国は、中国・韓国・ベトナムなどのアジアの国々です。はしの形は国によって違い、スプーンと一緒に使う国もあります。日本のように、ごはんもみそ汁もはしで食べる国はめずらしいそうです。そのため、日本の食文化では、「はしの使い方」が大切だとされ、食事のマナーの1つとして受け継がれています。



## 食欲の秋！～秋の味覚を感じよう～

残暑がすぎ、過ごしやすい季節になりました。秋は『実りの秋』とも言われるように、様々な食べ物が収穫の時期を迎えます。そんな秋の味覚を、10月はたくさん取り入れました。

- 15日【きのこ類】・・・森の子カレー
- 20日【鮭】・・・鮭とほうれん草のシチュー
- 21日【さんま】・・・さんまのみそ煮
- 【栗】・・・秋の香り栗ごはん
- 【柿】
- 26日【れんこん】・・・はすのスパイシー合わせ揚げ
- 28日【かつお】・・・かつおごまフライ、【里いも】・・・芋煮
- 29日【さつまいも】・・・いもようかん



8日の『ホキの木の芽香るみそかけ』には、給食ではめずらしい『山椒』の葉が使われています。この山椒の葉は、蕨市内の農家さんが栽培し、給食センターに届けてくれたものです。お楽しみに！