

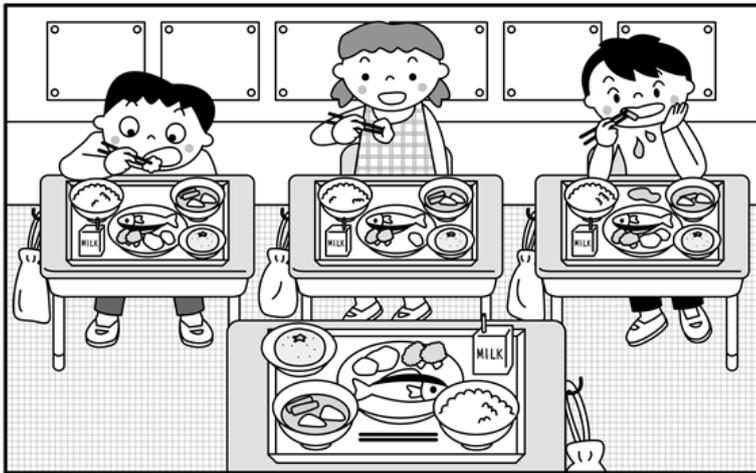


めざそう！食事のマナーはかせ



「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、いっしょに食事をしている相手と楽しく、気持ちよくすごすことができます。

下の絵をみながら、食事のマナーを確認しましょう！直したいところは、5つあります。



ヒント

- ①ごはんのおき方
- ②魚の頭の向き
- ③食べる時のしせい
- ④おはしの使い方

絵の中の直したいところは見つかったかな？

自分の食事のマナーも
見つめ直しましょう！



こたえ

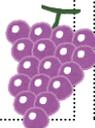
- ✕ ごはんのおき場所が右がわ
- ごはんは左がわ、しるものは右がわにおく。
- ✕ 魚の頭の向きが右むき
- 魚の頭は左がわが正しい。
- ✕ つくえの上にひじをついて食べる。
- 食事中はつくえの上にひじをつかず、つくえに向かってまっすぐすわり、せなかをのばして食べる。
- ✕ ごはんやしるもののおわんを下においたまま、顔を近づけて食べる。
- ごはんやしるもののおわんは手でもち、せなかをのばして食べる。
- ✕ おはしにおかずをさして食べる。
- おはしに食べ物をさすのは「さしばし」とよばれ、よくないおはしの使い方。食べ物ははさむように食べましょう。

食欲の秋～秋のくだものを知ろう～

すごしやすい季節になりました。秋といえば、「食よくの秋」といわれるように、『実り』をむかえた食べ物がしゅうかくの時期をむかえます。給食でも「秋」の味覚を味わうメニューがたくさんあります。ぜひ、味わって食べてくださいね。

1日 ぶどうゼリー（ぶどう）

あまさが持ちょうのくだものです。ワインとして加工されるものもあります。ワインは蕨の給食でも料理のかくし味として使っています。



14日 りんご

りんごの品種「ふじ」は、1962年に青森県で誕生しました。甘みと歯ごたえのよさから、世界中で愛されています。



A:27日、B:29日 柿（かき）

柿を使ったことわざはたくさんあります。その一つ、「柿が赤くなれば医者青くなる」といわれるように、栄養がすぐれているくだものです。



読書の秋～読書週間「先生のオススメの本、教えるね！」～

10月27日～11月10日は「読書週間」です。今年度は、蕨市内の小・中学校の先生方からみなさんにおすすめしたい本に登場する料理を紹介してもらいました。ぜひ、読んでみてください！

★26日 「盆土産（作者：三浦哲郎）」より『えびフライ』…第二中学校 栃本宜寿先生

★28日 「フラニーとメラニー もりのスープやさん（作者：あいほらひろゆき）」より『野菜たっぷりあったかスープ』…中央小学校 山田浩奈先生

