

おいしく楽しく食べるために！ 食事のマナーを守りましょう

食事は1人で食べるよりも、家族や友達と一緒に食べると、よりおいしく感じますね。自分自身がおいしく食べるのはもちろん、周りの人と気持ちよく食事をするために、1人ひとりが食事のマナーを守ることが大切です。



おしは正しく持ちましょう

- 上のはしを動かして、はし先で食べ物をはさむ



姿勢をよくしましょう

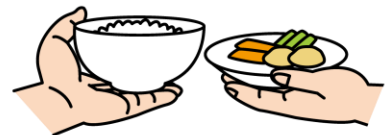


- 背筋をのばす
- ひじはつかない
- 足の裏を床につける

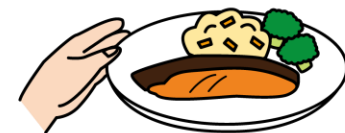


おわんは手に持って食べましょう

- 小さいお皿も手に持つ



- 大きいお皿は手を添えて食べる



+

!

食べるときに気をつけること

+

★食べやすい大きさにしてから口に入れましょう



★口をとじてよくかんで食べましょう





★早食いをしたり、食べている人を笑わせたりするのは絶対やめましょう



秋を楽しむ🐰🌕お月見の行事

昔から、秋は一年のうちで最も月がきれいに見える季節とされ、昔の暦（旧暦）で秋の真ん中にあたる8月15日の十五夜の月を「中秋の名月」と呼んで、月を観賞するお月見の行事が行われてきました。

※十五夜からひと月ほど後の十三夜にもお月見をする風習があり、両方合わせてお月見をすると縁起が良いとされています。



2025年の十五夜は10月6日、十三夜は11月2日です。

10月6日(月)

給食では、「お月見汁」で、まんまるのお月見団子をお楽しみください♪