

【5月の食育指導】

食事のマナーを身に付けよう

おしゃべりに夢中になったり、あわてて食べたり、好きなものばかり食べたりしていると、まわりに不快な思いをさせてしまい、せっかくの食事が楽しくなくなりおいしくいただけなくなってしまうだけでなく、体にもよくありません。

食事のマナーを身に付け、楽しくおいしく食事がいただけるようにしましょう。

各学年の目標

低学年・・・食器を手で持ち姿勢よく食べる。はし等の正しい持ち方を知る。トレーの上の並べ方を知る。

中学年・・・食器やはし等の扱いに慣れ、正しい姿勢で食べる。姿勢よく食べると体によいことを知る。

高学年・・・食器・はし等の正しい扱いを身に付け、正しい姿勢で食べることができる。

はしの持ち方・姿勢を確認しましょう

正しいはしの持ち方、正しい姿勢はできていますか。もう一度確認しましょう。