

# 給食だより 5月号

令和8年  
珠洲市立みさき小学校  
珠洲市立蛸島小学校

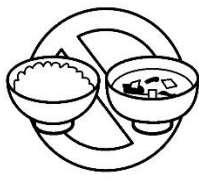
木々の緑も鮮やかさを増し、さわやかな季節になりました。新しい環境にも少しずつ慣れてきたことと思います。疲れが出やすい時期でもあるので、規則正しい生活を心がけるとともに、早めに寝たり、湯船にゆっくりつかったりして、しっかりと体を休めましょう。

## 5月の目標 食事のマナーに気をつけよう

食事のマナーは、本来、人に迷惑をかけずに、みんなが楽しく食事をするためのものです。堅苦しいものと考えるのではなく、「食事をより楽しむための近道」と考えて、マナーを守って食事をしましょう。今のうちに基本的なマナーをマスターしておけば、大人になってから食事の場面できっと役立ちますよ！



### マナー違反に要注意!

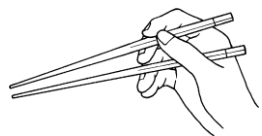


次のようなことをしている人はいませんか？  
自分やまわりの人とチェックしてみましょう。

<p>口に食べ物が入ったままおしゃべりする</p>	<p>がちがちやと食器の音を立てる</p>	<p>ひじをついて食べる</p>	<p>食事中にふさわしくない話をする</p>	<p>食事中に席を立つ</p>
---------------------------	-----------------------	------------------	------------------------	-----------------

### これが正しい持ち方!

食べこぼしを防いで食べやすく、見た目も美しく見えます。



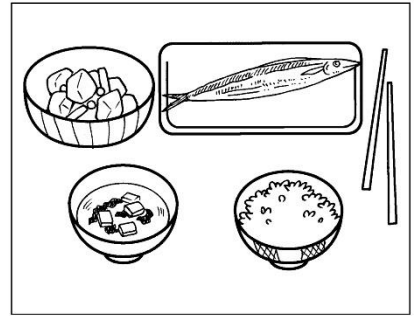
#### はし

上のはしは、鉛筆を持つように持ちます。下のはしは、親指のつけ根と薬指の第一関節辺りで軽く持ちます。

#### 茶わん

親指以外の4本の指をそろえての伸ばし、指の腹に茶わんの底をのせます。親指は茶わんのへりにかけます。

### マナークイズ



上の配せんで間違っているものを3つあげましょう

魚は茶碗の縁(8) 魚は茶碗の縁(7) 魚は茶碗の縁(1) 魚は茶碗の縁(2)

### はしの持ち方レッスン!



- えんぴつを持つように1本を持つ。
- 点線の部分にもう1本を入れる。
- 上手に持てたら上のはしだけ動かしてみよう!