

# 食育メッセージ

あま市立学校給食センター

平成29年11月

第2号



## マナーを守って食事をしよう

～みんなで楽しく食事をするために～

今年度7月、東ブロック（あま市・大治町）の小学6年生と中学3年生を対象に、『給食に関するアンケート』を実施しました。アンケートの中で、「給食の時間は楽しいですか」という問いに対して「どちらかというとなんか楽しくない」「楽しくない」と答えた児童生徒は13.3%でした。その理由のうち、記述回答をした児童生徒の意見を一部紹介します。

- ・みんな食べ方がきたない
- ・前の人がかちゃくちゃ音がする
- ・となりの子に「食べ方がきもい」と言われる
- ・みんなのマナーが悪いから
- ・うるさい子たちがいるから
- ・口に物を入れたまま話している人がいるから気持ち悪くなる

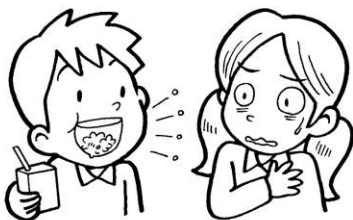


食事のマナーは、自分のためだけでなく、みんなとおいしく楽しく食べるための大事な約束ごとです。食事のマナーを守ることは、一緒に食事をする人を思いやることにつながります。

給食の時間を通して、食事のマナーの大切さや、一緒に食べることの楽しさを知ってほしいと思います。

### 【注意したい食事のマナー】

口に食べ物が入ったままおしゃべりする



がちゃがちゃと食器の音を立てる



ひじをついて食べる



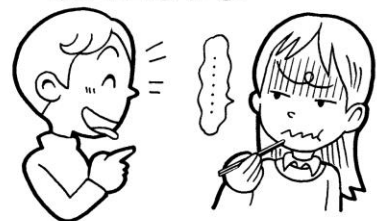
まわりの人とふざける



食事中に席を立つ



食事中にふさわしくない話をする



# 美しいはしの持ち方で美しい食べ方を

給食の時間に子どもたちの食べる様子を見ていると、正しいはしの持ち方ができていない子が多いと感じます。

## 【正しいはしの持ち方ができていないと…】

- ・ ご飯粒を上手に集めることができずお茶碗にたくさんのご飯粒が残ってしまう
- ・ 食べる時間が余分にかかる
- ・ 口元まで上手に食べ物を運ぶことができず犬食いのようになってしまう



## <正しくはしを使うことも大切な食事のマナー>

「自己流のはしの持ち方」でもおいしく食べられると思っている人も多いようです。慣れてしまえば、自己流でも食べることができるでしょう。しかし、食事は自分だけでなく、家族や友人、それに見知らぬ人と一緒にすることがあります。その時、正しくない持ち方で食べている人を見ると「不快に思う」という人もいます。

正しくはしを持つことは食事のマナーのひとつです。食事のマナーを守ると、食べやすくなるだけでなく、一緒に食事をする相手を思いやることにつながります。



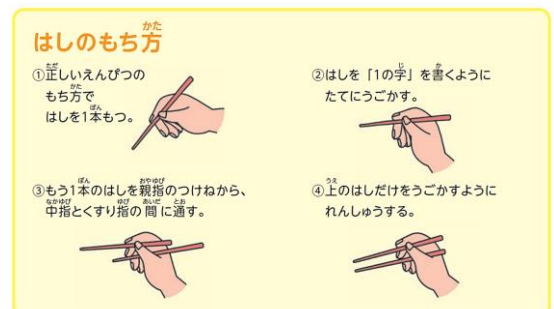
## <給食の時間におはしレッスン>

はし使いは毎日毎食の習慣づけが大切です。定着してしまった持ち方を変えるのは容易ではありませんが、大人になってから変えるのはさらに難しくなります。毎日の給食の時間も活用し、少しずつでも正しい持ち方を意識して使う練習をする声かけをしていただければと思います。

## はし指導をするときのおすすめ教材

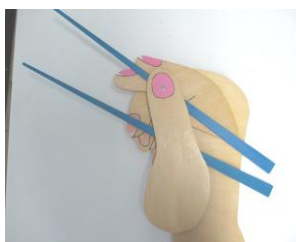
### 小学生用食育教材『たのしい食事 つながる食育』

文部科学省から出ている『たのしい食事 つながる食育』の中に、「はし名人になろう」という資料があります。小学校低学年向けですが、すぐに使える資料です。文部科学省のHPからダウンロードできます。



『たのしい食事 つながる食育』 「はし名人になろう」より一部抜粋

### はしの使い方大型模型



はしを使っているように動かすことができる木製の模型が、各給食センターにあります。はしや指の動きをクラス全体に示すことができます。貸し出し可能ですので、栄養教諭・学校栄養職員にお声かけください。