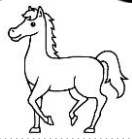


# 給食だより 6月



## 食事のマナーを考える

～思いやりを態度であらわそう～

毎日の食事の時間、みなさんは食べ方について注意されたことはありませんか。

「マナー」というと堅苦しいイメージがあるかもしれませんが、決して難しいものではありません。長い歴史の中でつくられてきた生活の知恵・作法のことで、いろんな人への思いやりの気持ちが基本となっています。今月は、給食および食事に関するマナーについて、改めて考えてみましょう。



### 【準備のマナー】

- ・ **清潔な身支度** (手洗い・服装・マスク着用)
- ・ 協力して**早く準備**し、みんなが決められた時間内に食べ終われるようにする。



準備作業に早くとりかかろう



清潔な給食当番の服装を身に付ける。マスクも必ず着用しよう



当番以外の人は、席について待つ

早く準備を終え、みんなが時間内に食事をとれるよう協力しよう。

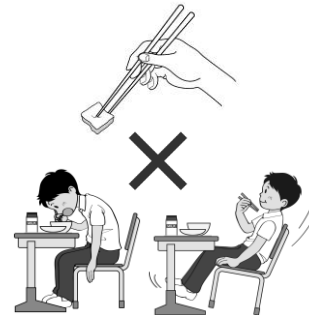
### 【食事のマナー】

- ・ **食事のあいさつ**は感謝の気持ちをこめて。  
⇒ 「いただきます」「ごちそうさま」
- ・ 食べるときの**姿勢や会話内容**に気をつけ、**みんなが楽しく、気持ち良く食事を食べられる雰囲気**をつくる。
- ・ 好き嫌いしないで、残さず食べる。(食べ物を大切に)



食物となった命への感謝をこめた食前の挨拶をする。

「いただきます」



背すじを伸ばし、姿勢よく食器を持って食べよう。箸も正しく持とう。



調理した人、食物を生産した人への感謝をこめた食後の挨拶をする。

「ごちそうさま」



食事にふさわしい会話内容となるようお互いに気をつけ、楽しい雰囲気をつくる。

心をこめて挨拶し、好き嫌いせず、最後まで残さない食事をしよう。

### 【食後のマナー】



食器に**米粒**や**ビニール片**などが残っていないか確認してから返却する。

きれいな食器を返すことで、調理した人に感謝の気持ちをあらわそう。

食事のマナーの基本となっているのは、相手への思いやりの気持ちです。みなさんが毎日食べている給食には、食材となった命、料理を作った人、食材を生産した人など、たくさんの人の思いがこめられていることを忘れてはなりません。

一緒に食べる仲間と楽しく、おいしく食事をいただくことで、感謝の心を表すことができます。自分にできることを考えてみましょう。

## 6月は食育月間 毎月19日は食育の日

「食育」を推進するため、2005年に制定された「食育基本法」に基づく『食育推進基本計画』により、毎年6月は「食育月間」、毎月19日は「食育の日」と定められています。

食育とは、生涯を通じた健全な食生活の実現、食文化の継承、健康の確保等を目的とし、自らの食について考え、さまざまな知識と、食を選択する力を身につけるための学習などの取組みのことをいいます。

### 食育の最終目標

『自ら食について考え、判断する能力を養成』し、『人間力を向上させる』



天理市では、天理市食育推進計画を定め、学校給食における地場産物の活用をすすめるとともに、食文化や食品について紹介した「給食ニュース」を毎月配布して、生徒の食への関心を高める取組みを行っています。