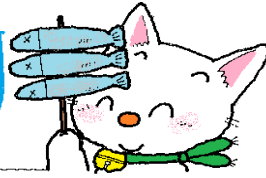


給食だより



令和4年度
5月号
高知市立朝倉小学校

【今月の目標】 正しい食事のしかたを身につけよう。

..... どうして守るの？ 食べる時のマナー

マナーを守って食べるのは、一緒に食べる相手や同じ部屋にいる人が気持ちよく過ごせるようにするためです。給食の時間を思い出してみてください。みんなが気持ちよく過ごすためには、どんなことに気を付けたらよいか考えてみましょう。

正しい姿勢で食べる

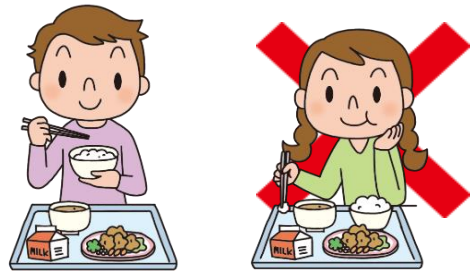
しせいが悪いと、食べ物の通り道がせまくなり消化しづらくなります。「背筋ピン・両足ペタ」を意識しましょう。



両足ペタ!

食器を持って食べる

食器を持たず犬食いをしたり、ひじをついて食べたりしていませんか？食器を持つことで、こぼさずきれいに食べられますね。



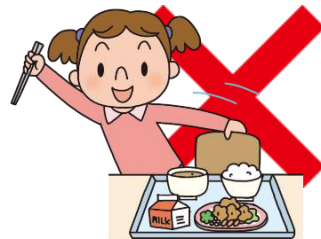
給食の時間は話をしない

おしゃべりをする、つばや食べかすが飛びます。また、食事中はマスクを外します。感染予防のためにも、給食時間は静かに食べましょう。



食べている途中で立ち歩かない

立ち歩くとほこりがまったり、ぶつかって給食がこぼれてしまったりします。一緒に食べている人のことを考えましょう。



ひとりひとりがマナーを守って、みんなが気持ちの良い給食時間にしよう!