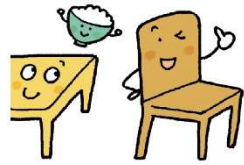


給食だより

5月



銚田市立銚田学校給食センター



マナーとは、相手への思いやりの気持ちがあらわれたものです。食器の持ち方や姿勢、話す内容に気を配り、一緒に食べる人にいやな思いをさせないようにすることが大切です。家族で楽しく食事ができるように、工夫してみましょう。

◇◇◇ 食事中に気をつけてほしいこと ◇◇◇

食事マナーはかた苦しいものではなく、家族や友だちとみんなで一緒に楽しく食べることができるよう、1人ひとりが気をつけてほしいことです。

食事のあいさつ



「いただきます」や「ごちそうさま」は感謝の気持ちをあらわしています。

姿勢



いすに深く腰かけ、背筋を伸ばして足を床につけて食べます。

スマホは見ない



スマホに夢中だと会話を楽しめません。食事中は見ないようにします。

***** こんな姿勢はやめましょう *****

普段の食事の中の姿勢を、ふりかえてみましょう。背中が曲がっていたり、ひじをついていたりにしていませんか？ 悪い姿勢は直して、よい姿勢を心がけて座りましょう。



背もたれに寄りかかっている



ひじをついている



横向きに座っている

今月の給食のポイント

給食に関するお問い合わせはこちらへ。
銚田学校給食センター TEL34-9077

○給食の準備や片付けをきちんとしよう

★銚田産食材★ 米・豚肉・さつまいも・ごぼう・水菜・小松菜
ちんげんさい・しめじ

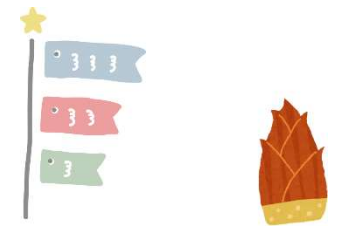
★行事給食★

こどもの日献立 (A・B献立 1日)

ごはん・牛乳・こいのぼりハンバーグ・ツナサラダ・若竹汁

銚田の日献立 (A・B献立 19日)

ごはん・牛乳・つくば鶏のつくね・水菜のサラダ・銚田野菜のみそ汁



マナー違反に注意! きらいばし

一緒に食事をする人に、不快な思いをさせてしまうはしづかいを「きらいばし」といいます。気をつけましょう。



| | | | |
|-------------|-------------|-------------|--------------|
| <p>刺しばし</p> | <p>寄せばし</p> | <p>迷いばし</p> | <p>ねぶりばし</p> |
| <p>涙ばし</p> | <p>持ちばし</p> | <p>探りばし</p> | <p>はし渡し</p> |

5月21日は「お弁当の日」

銚田市では、弁当づくりを通じた食育推進の試みとして、「お弁当の日」を年3回実施しています。お手伝いをする、一緒に作る、1人で作る…など、できることから始めてみましょう。



衛生に気をつけ、彩り、栄養、味のバランスを考えた「オリジナル弁当」を作ってみましょう!

