

よい食事の仕方をしよう

上富田町学校給食センター

食事マナーを身につける理由は、自分自身が食事をスムーズにすすめるためと、一緒に食べる人に不快な思いをさせないための両方があります。基本的なことを覚えて、これからの食生活で実践していきましょう。



食べ物を口に入れたまま
しゃべらない



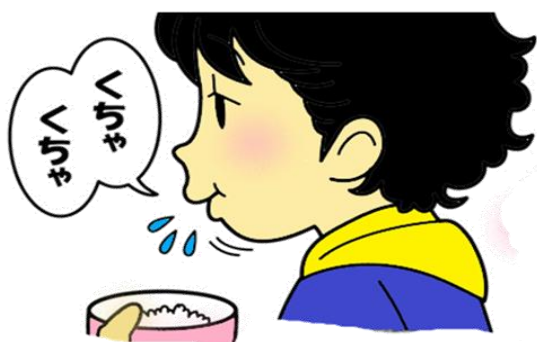
がちゃがちゃ食器の音を
立てない



まわりの人とふざけたり
大声で話さない



ひじをついたり、背中を
丸めて食べない



くちやくちや音を立てて
食べない



みんなが食べ終わるまで
席を立たない

★「少しだけ」のはずなのに・・・

一人が残した給食が全校分になると！！



一人が残した「ほんの少しのごはん」が全校分集めるとたくさんの量になってしまいます。ごはんは体のエネルギーになり、体の中で大切な役割をしています。もうひと口食べられないか、考えてみましょう。