



# 食育通信

別海町立上春別中学校

食育担当（服部）

平成25年10月 7日

第 14 号

☆ 毎月19日は「食育の日」

みなさん、こんにちは。

学校祭に向けて、今日から特別日課です。覚えること、やることがいっぱいで大変そうな生徒のみなさん。毎日の食事をしっかり食べて、体調を万全にして乗り切ろう！

食べることは生きることの基本

【10月の給食目標】

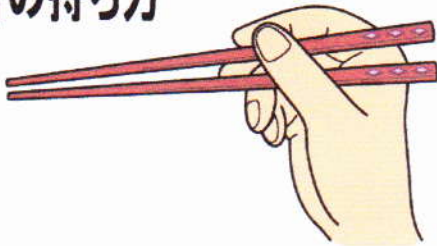
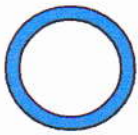
正しい食事マナーを身につけよう②



食事のマナーとは「人に迷惑をかけずにみんなが楽しく食事をするためのもの」です。

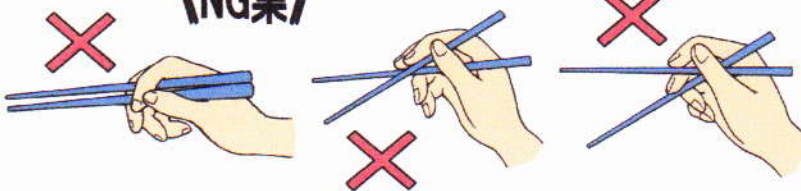
今月の目標は「食事マナー②」です。①は正しい姿勢で食事をすることを学びました。今回は「お箸の使い方」です。お箸の持ち方・使い方は、自分では気づかないけれども、結構他人には見られているものです。正しく使えていないと感じている人は是非、今月から気に留めて食事をしてみましょう。

## 正しい箸の持ち方



※学級掲示のプリントを見ながら練習してみよう。

〈NG集〉



美しい箸づかいで  
好感度アップ!



## 野菜日記6

4日（金）3年生の家庭科は調理実習でした。技術で育てた野菜を使っの料理。出来栄は？



※メニュー※

- ・いもだんご
- ・ポテトサラダピーマン詰め
- ・にんじんのバター炒め
- ・にんじんケーキ



次号で、感想等を載せる予定です。お楽しみに！