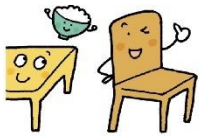
いただきます

豊浦町学校給食センター
給食だより 2026年5月

♪今月の給食目標♪ 食事のマナーを身につけよう



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に、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。

世界にはいろいろなマナーがあるよ

国がかわるとマナーもかわる

日本と韓国はどちらもはしを使って食べますが、日本は器を持ち、多くの料理をはしだけで食べるのに対して、韓国は器を持たず、はしはおかずだけで、ごはんや汁物はスプーン（スッカラ）を使います。

国によって文化が異なり、食事マナーもかわるのです。

身近なおとなが見本に

食事マナーを身につけることは、家族で楽しく食べるために大切なことです。また、子どもはおとなの姿をよく見ています。

おとなも日頃の食事マナーをチェックしてみましょう。

食事中の音に注意しましょう

日本ではそばなどをすすって食べますが、ほかの多くの国では、食事中に音を立てない文化があります。食器同士がぶつかってガチャガチャと音をさせたり、パスタをそばのようにすすったり、くちゃくちゃかんだりすることはマナー違反です。食事中に不必要な音を立てないように気をつけましょう。

食卓のおとも？

食事は単に食べるだけではなく、料理の見た目や香り、会話を楽しむ時間です。しかしスマホに夢中だと、周りに気配りができなくなります。食事中はスマホに触らないようにしましょう。

背筋をピンと伸ばして食べよう

姿勢を正して食べていますか？　よい姿勢にするためのポイントをご紹介します。

よい姿勢をつくるためのポイント