

The Lunch Times 203号

平成 30 年 <給食だより> 三郷市立岩野木学校給食センター



感謝の気持ちを持って食事をしよう!

毎日何気なく食べている食事ですが、動物や植物の命をいただいているということ、食事を口にするまでの過程にいろいろな人々の手がかかっていることに感謝して、心を込めて「いただきます」「ごちそうさま」を言いましょう。

心を込めて作ってくださっている人への感謝

毎日の給食は、たくさんの人たちによって作られています。

- ☆献立を考える栄養士さん
- ☆給食を作る調理員さん
- ☆給食を運ぶ運転手さん
- ☆給食をクラスに分ける配膳員さん
- ☆給食を配る給食当番さん
- ☆米、野菜、肉、卵、魚等食品を作る人



命をいただいていることへの感謝

みなさんが何気なく食べている肉や魚、野菜、果物は全て命があります。私たちは動物や植物の「命」とつながっています。



お家の人への感謝

毎日の給食は、お家の方が用意してくださった給食費で材料を購入しています。



感謝して食べよう



毎日食べ物をいただけることへの感謝

地球上では、世界人口76億人のうち、食料が不足し苦しんでいる人が8億人以上いるといわれています。食べたいのに食べられない人たちがいる中で、「嫌いだから残す」「食べきれないから捨てる」ということはあってはならないものです。いただいた命やたくさんの人たちの苦労を無駄にしないように、残さずに食べましょう。

和食のマナー3択クイズ

和食のマナーについてのクイズです。3つの絵から正しいものを選び、○で囲みましょう。



Q1 ごはん茶わんと汁物のおわん、正しい置き方は?



① ごはん茶わんは右手前、汁物のおわんは左手前。



② ごはん茶わんは中央手前、汁物のおわんは奥。



③ ごはん茶わんは左手前、汁物のおわんは右手前。

Q2 お茶わんとおわんの正しい持ち方は?



① 指を広げて上側のふちを強く持つ。



② 4本の指の上のせて、親指でふちを軽く押さえる。



③ おわんの中に親指を深く入れて、つまむように持つ。

Q3 おはしの使い方正しいのは?



① 食べものを刺して食べる。



② おわんの中におはしの先を入れたままお汁を飲む。



③ おはしの下には汁がたれないように手をそえる。

Q4 割りばしの割り方で正しいのは?



① おはしの先を左にして横に持ち、上下に割る。



② おはしの先を上にして縦に割る。



③ おはしの先を左にして1本を口にくわえて割る。

Q5 お代わりの時の持ち方で正しいのは?



① おはしをにぎったまま、器を持って差し出す。



② おはしを置いて、片手で器を差し出す。



③ おはしを置いて、両手で器を差し出す。

- 答え Q1 ③ Q2 ② (おわんは手に合った大きさのものにしましょう。)
 Q3 ② (①は刺しばし、③は手皿といってマナー違反です。)
 Q4 ① Q5 ③ (お代わりを受け取る時は両手でしっかり受けましょう。)