



8月食育だより



令和6年8月30日

太陽・月組 保護者各位

小島保育園

今月の「食育の日」は、食事のマナーについて学びました。食事のマナーとは何か、食事の挨拶・配膳の位置・お箸の持ち方・食べ方や姿勢等イラストを見たり、〇×クイズを通してマナーについて学習しました。

「いただきます」「ごちそうさま」の意味や食べる時の姿勢について再確認し、〇×クイズも楽しんで答えていました。

「**あとのおしたくお**」の食事のマナーについても家庭で話し合ってみてはいかがでしょうか。また普段の食事からマナーについて確認しながら食べてみるといいかもしれませんね。



しょくじの まな-

あ いさつをしよう	と いれはごはんのまえに
の こさずたべよう	お ちやわんをもとう
し せいはただしく	た ち あるかない
く ちをとじてたべよう	お いしくたべよう

あとのおしたくお

鉛筆と同じ! お箸の持ち方

- 上の箸を鉛筆のように持って、中指の第1関節にのせます。
- 下の箸を親指の下に入れて、薬指の第1関節で支えます。
- 下の箸は動かさずに、上の箸を動かして食べ物をはさみます。

取るときと逆の順番で**お箸の置き方**
左手で下から支えたら、右手を下から上へすべらせて持ち、左手を外して、箸置きの上に置きます。

4拍子でリズム良く! お箸の取り方

- 右手で箸の真ん中あたりを上から持ち上げます。
- 左手で下から支えます。
- 右手を箸の上の方まですべさせます。
- 右手でしっかり持ったら左手を外します。

★食育カードは9月9日(月)に配布します。
2食分記入して、17日(火)までに持ってきてください。