

# こんだてメモ

平成27年3月

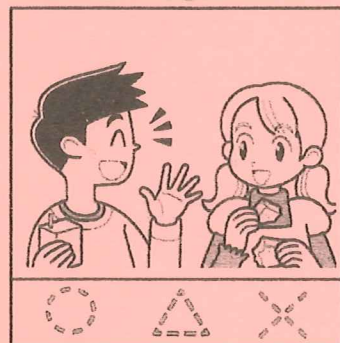
福生市学校給食センター

## 食事マナーチェック

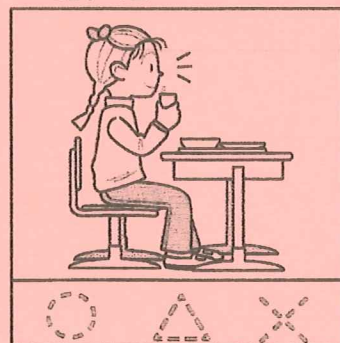
当てはまる点線を  
なぞりましょう

- できた
- △時々できた
- ×できなかった

③楽しく会話しながら食べることができた



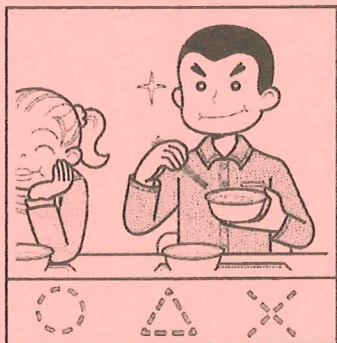
⑥背筋をまっすぐに伸ばして食べた



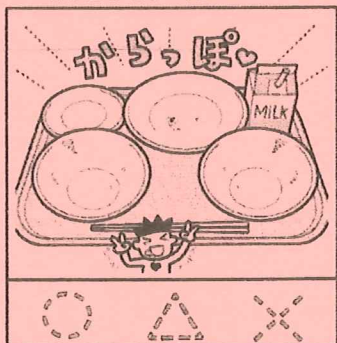
①感謝の気持ちを入れてあいさつができた



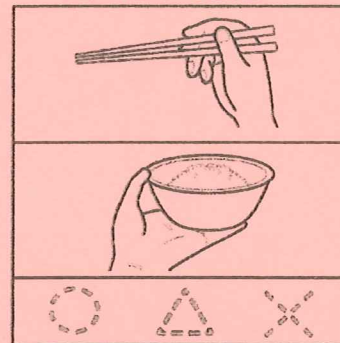
④机にひじをつかずに食べることができた



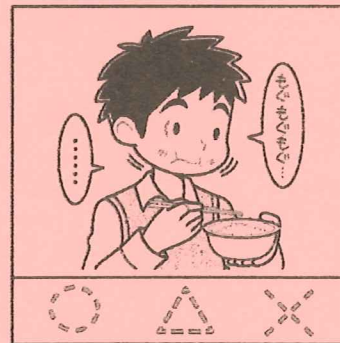
⑦好ききらいをせずに残さず食べた



②食器を正しく持って食べることができた



⑤食べ物が口に入っている時は話さず食べた



⑧食べ終わっても席で静かに待てた

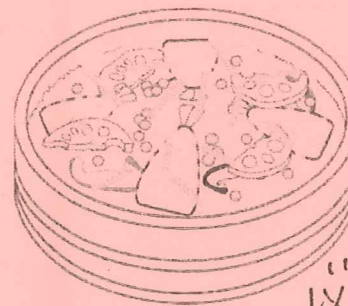


チェックの結果をもとに食事マナーを見直そう

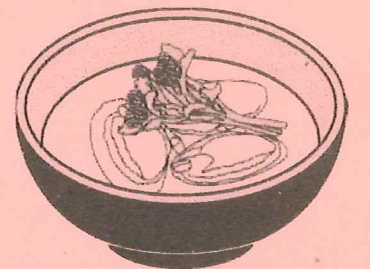


# 3月3日は桃の節句

3月3日は、「桃の節句」とも「上巳の節句」とも呼ばれ、女の子の健やかな成長と幸せを願う日です。ひな人形を飾る風習は、室町時代ごろに始まり、一般に広まったのは、明治時代以降といわれています。それまでは、厄をはらう

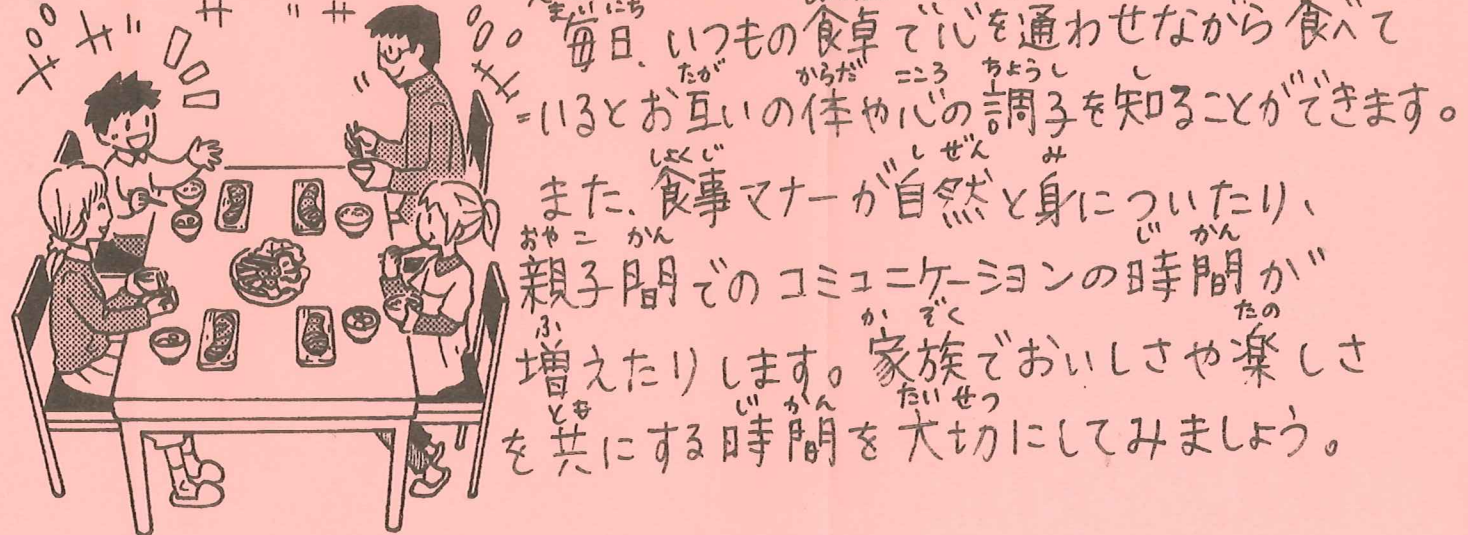


ための紙の人形だったといわれています。桃の節句につくられる行事食には、ちらしずしやはまぐりの潮汁、ひしもちなどがあります。



## 「共食」家族と共に食事する時間を

今、家族が食卓を囲んで一緒に食事をする「共食」が負直されています。



毎日、いつもの食卓でじを通わせながら食べているとお互いの体や心の調子を知ることができます。また、食事マナーが自然と身についたり、親子間でのコミュニケーションの時間が増えたりします。家族でおいしさや楽しさを共にする時間を大切にしてみましょう。