

食事のマナーを守って楽しく食べよう！



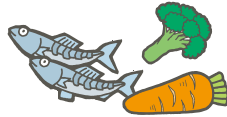
- よい姿勢で食べる
- 口に入れたまま話さない



- 食器やはしを正しくもって食べる



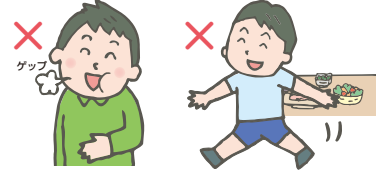
- 主食とおかずは交互に食べる



- 好き嫌いしないで食べる



- 楽しい雰囲気の中で食事をする



- 食事にふさわしい行動をする
- 食べている途中で立ち歩かない

はしを正しく使おう！



よせばし

遠くにある料理のうつわをおはしで引きよせること



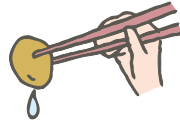
まよいばし

どの料理を食べるかまよってはしをあちこち動かすこと



くわえばし

はしの先を口にくわえること



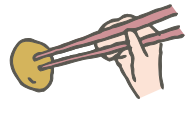
なみだばし

はしでとった料理から汁をおとすこと



ねぶりばし

はしについたものを口でなめること



さしばし

はしでとった料理につきさして食べること

・ おうまのおめめ ・

おはしの持ち方練習



♪ おうまのおめめ



♪ なかゆび
こんにちは



♪ かたほう
つまんで



♪ にっこり
にっこりV字



♪ ならんだ
おはし



♪ はなれて
くっついて



♪ おおきな
おくちで



♪ にっこり
にっこり食べる

童謡「おうま」のリズムで

【発行】

平成28年3月
富山県農林水産部農林水産企画課

【問い合わせ先】

富山県農林水産部農林水産企画課
TEL：076-444-9622

【制作協力】

公益社団法人富山県栄養士会
富山県農業協同組合中央会
富山県栄養教諭・学校栄養職員研究会
富山県厚生部健康課
富山県農林水産部広域普及指導センター
富山県教育委員会保健体育課

この本は学校配置用です