



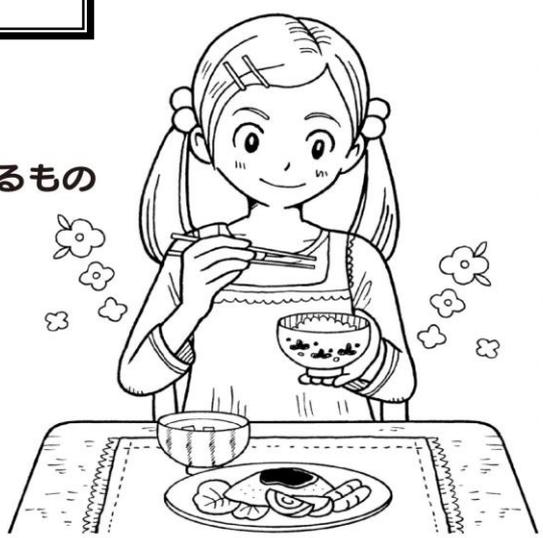
9月になり、涼しかったり暑かったり温度変化が大きいですが、体調管理は大丈夫でしょうか？生活のリズムを整えて元気に学校生活を過ごしましょう。この季節は新米や魚介、果物などの収穫も多く、各地で収穫祭などが行われる時期です。食べ物を食べられることに感謝の気持ちを忘れないようにしましょう。

## 今月の目標 ～配膳・食事のマナーを見直そう～

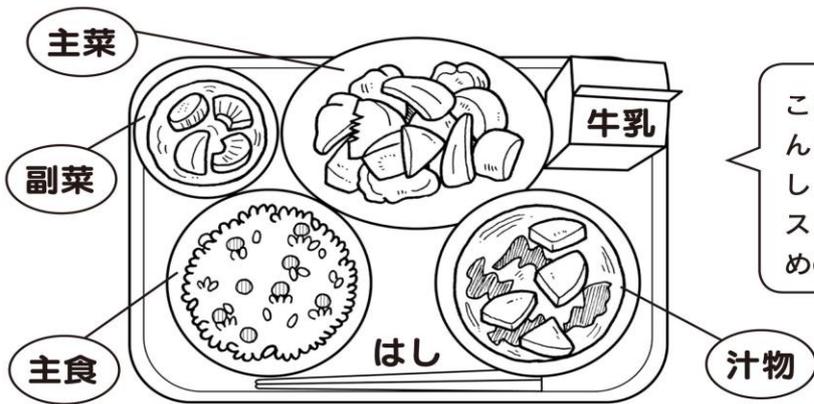
### 食事マナーの基本

- ①食べやすいこと
- ②人に不快感を与えないこと
- ③その国の食文化や時代などに合っているもの

食事マナーといっても、国や地域、食文化や時代、宗教などによっても、大きな違いがあります。人に不快感を与えないことを基本にしながら、食文化に合ったマナーを守っていきましょう。



### 配ぜん 正しい置き方をしていますか？



これを参考に自分の配ぜんをチェックしてみましょう。正しい配ぜんはスムーズに食事をするための第一歩です。

### 9月1日は防災の日

もしもの時のために食料などを備蓄していますか？これを機会に家族で備蓄するものを決めたり、期限切れがないかを確認したりしましょう。

### 十五夜は家族で

お月見しませんか