

5月の給食だより



令和3年度5月号
調布市立第五中学校

新学期が始まって一か月、みなさん新しい環境にも慣れてきたでしょうか？
今月はだんだんと気温もあがり、体育大会に向けて練習も本格的になってきます。
いつも以上に体力が必要となるので、1日3食の食事をしっかり食べ、適度に休息
もとって学校生活を元気に過ごしましょう。

今月の目標 ～食事のマナー身につけよう～

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。
ですから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。



こまめに水分補給！

暑い日が増えてきました。
体育大会の練習も増えてくるので、水分補給をこまめにしましょう。



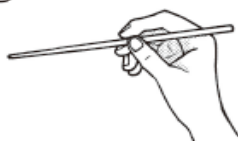
おはしを正しく美しく持つことができますか？

みなさんは、おはしを正しく持つことができますか？

和食を食べる基本として、おはしを正しい持ち方で食べることはとても大切です。間違えた持ち方をしていると、食べ物がうまくつかめなかったり、切ることができなかったりします。正しい持ち方で食べていると、それだけで食べ姿が美しいものです。おはしを正しく持てるように練習してみませんか？

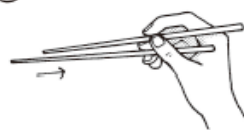
正しいはしの持ち方

①



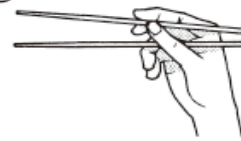
はし1本をえんぴつのように持ちます。

②



もう1本のはしは、親指のつけ根と薬指の先ではさみます。

③



下のはしは動かさずに、上のはしを動かして、開いたり閉じたりします。

～お知らせ～

5月28日（金）：体育大会のため給食はありません。お弁当をお願いします。

5月31日（金）：体育大会予備日のため給食はありません。

お弁当をお願いします。

