



朝夕しのぎやすく、運動しやすい環境となってきました。運動量が増えて食欲も増していく時期です。食事をおいしく食べ、より楽しい時間となるように、食事マナーについて都度知らせていきます。

食事マナー

園では食事の時間に、年齢や発達に合わせてマナーを繰り返し伝え、習慣となるようにしています。

食事のあいさつ

「いただきます」

「食べる」という意味だけではなく、様々な動植物の命を「分けていただく」という意味も込められています。

「ごちそうさま」

“ちそう”とは漢字で“馳走”と書き、食べ物を求めて走りまわるという意味です。食事は食材を育てる人、運搬をする人、調理をする人などたくさんの方が関わっていて、その人達に感謝をする意味もこめられています。

背中
は
まっすぐ
にする。

食事の姿勢



た
だ
し
い
し
せ
い
で
た
べ
よ
う

ひじを
テー
ブル
につ
け
な
い。

床に足
をつ
け
る。

食器の位置

主食は左前、汁物は右前、おかずは右上に置きます。和食の基本と言われる『一汁三菜』は、主食である「ご飯」に「汁物」と「三つのおかず」を組み合わせた献立です。園では基本的に、一汁二菜と果物の献立を取り入れています。



食事中は遊び食べをしない

食べ物で遊んだり、口に入っただまおしゃべりをしない。



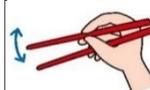
箸の使い方



① えんぴつのように箸を1本持つ。



② もう1本の箸を親指の付け根と薬指の第一関節で挟む。



③ 人差し指と中指を使って、上の箸だけ動かす。

9月29日(金)はお月見です



お月見は、旧暦の8月15日の行事で、この日の月は1年で最も美しいとされています。すすき、団子や餅、この時期に収穫される芋や果物をお供えし、収穫への感謝と、農作物の豊作を祈ります。園では、29日の昼食にお月見メニュー（お月見うどん、さつまいもの天ぷら、お月見ゼリー）を提供する予定です。