

2026^{ねんど}年度

食育だより 第2号

2026. 5. 19

まいつき 19日は食育の日

ひかみとくべつしえんがっこう
氷上特別支援学校

新緑がまぶしい、さわやかな季節となりました。新年度が始まり1か月が経ち、新しい生活にも少しずつ慣れてきたこの時期は、毎日の食事のマナーを見直すよい機会でもあります。マナーを守って食べることで、いっしょに食べる相手や同じ部屋にいる人も、気持ちよく過ごすことができます。みんなで楽しく食べるためのマナーについて考えてみましょう。

5月の食育目標

「食べ方のマナーを身につけよう」

マナー①

よい姿勢で食べよう



姿勢が悪いと、食べ物の通り道がせまくなって、消化しづらくなるよ。

マナー②

食器を持って食べよう



親指が上、残りの4本の指でお皿を支える。

マナー③

配膳の位置に気を付けよう



ごはんを左側、汁物を右側に並べる。
(左利きの人は逆にしてもいいね。)

マナー④

あいさつや会話に気を付けよう



感謝の気持ちを持っておいしく食べよう。
食事にふさわしい会話をしよう。