



給食だより

令和8年3月

金沢市教育プラザ
幼児教育センター

こどもに知ってほしい食事のマナー

こどもに食事のマナーを教えることは、簡単なようで難しいものです。大人が注意しすぎると、せっかくの食事の時間を楽しめなくなります。こども達は、成長とともにできることが増えていきます。あわてず、楽しみながら食事のマナーを身につけていきましょう。

食事のマナーはだれのため？

自分のため

正しいマナーを身につけると、上手に美しく食べることができます



作ってくれた人のため

料理を作ってくれた人への感謝の気持ちを表します



一緒に食べる人のため

一緒に食事をする人と気持ちよく食事の時間を過ごせます



食事のマナーの第一歩

<食事の前に手を洗う>

手に付いたばい菌を洗い流して、気持ちよく食事をしましょう



<あいさつをする>

「いただきます」と「ごちそうさま」のあいさつで感謝の気持ちを伝えましょう



<口を閉じて食べる>

口に食べ物が入っているときはおしゃべりをせず、よく噛んで食べましょう



<お茶碗や汁椀は手に持って食べる>

片手で持って食べるのが難しい時は、お茶碗に手を添えることから始めましょう



<食事の途中で席を立たない>

興味の引くものを周りに置かないなど、周囲の環境も整えてあげましょう



<良い姿勢で食べる>

ひじをついたり、ひざを立てたり、足をバタバタさせたりせずに食事をしましょう

