

# 給食だより

令和8年 5月

舞鶴市立三笠小学校

## 給食当番の身じたくについて

給食など食事のときに身じたくを整えることは、自分やまわりの人が気持ちよく食事をするために大切です。当番にふさわしい、清潔な身じたくができているか確認してみましょう。



できているかな？

チェックしよう！

- ☐ 体調が悪い時は先生に言う。
- ☐ マスクをつける。
- ☐ つめは短く切っておく。
- ☐ 髪の毛が出ないように帽子をかぶる。
- ☐ 清潔な白衣を着る。
- ☐ 石けんを使って手を洗う。
- ☐ ハンカチで手をふく。

## 石けんを使って手を洗おう！



石けんを使ってしっかり手を洗うことは、病気やウイルスから体を守るとても大切な予防方法のひとつです。特に、指先や指と指の間、親指や手首などの洗い残しに気をつけて洗いましょう。



## 安全にすばやく！ 給食の準備をするこつ

給食当番はしゃべらずにすばやく身支度をしよう

衛生面に気をつけて1人分の適量を盛りつけよう

当番以外の方は配ぜんが済んだら座って待とう



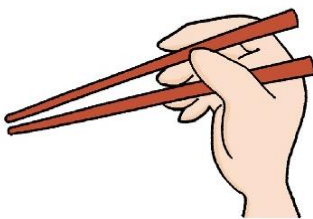
## 給食時間の約束

食事のマナーは、相手への思いやりの気持ちがあらわれたものです。給食時間が楽しい雰囲気になるように、みんなで協力しましょう。

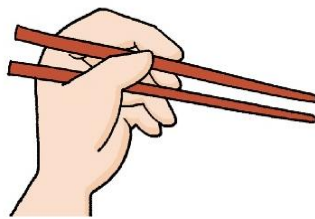
|                                                                                                               |                                                                                                            |                                                                                                                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 茶わんや汁わんは<br>手に持って食べましょう。<br> | 好ききらいをしないで<br>食べましょう。<br> | 食事中は<br>立ち歩かないようにしましょう。<br>     |
| 静かに味わって食べましょう。<br>          | よくかんで食べましょう。<br>         | 食器に食べ物がついていないか<br>確認しましょう。<br> |

### 正しいはしの持ち方

右ききの場合



左ききの場合



はしは、つまむ、はさむ、切る、混ぜるなど色々な使い方ができる道具です。

正しい持ち方ができているか、左の絵を見て確認しましょう。

### 心をこめて… いただきます・ごちそうさま

食事のマナーのひとつに、あいさつがあります。

「いただきます」や「ごちそうさま」のあいさつには、食べ物の命や食事を用意するためにかかわった人たちへの感謝の気持ちがこめられています。

心をこめて食事のあいさつができるようにしましょう。

