



平成30年2月1日発行
東神楽小学校

2月の「食」イベント
2月3日
「節分」

今年の冬は、例年以上に寒い日が続いています。またインフルエンザも流行りはじめています。元気に冬を乗り切るためにも、食事をしっかりととり、心も体も温めてほしいと思います。

覚えてるかな？ 食事中のマナー

今週月曜日から、学年別給食が始まりました。各学年、楽しい給食時間を過ごせていますか？そして、楽しいとついつい忘れがちな食事のマナー……。食事中のマナーを確認し、みんなで気持ちよく給食時間を過ごせるようにしましょう。



確認してね！ 食事中のマナー

<p>1 感謝の気持ちを込めてあいさつをしよう</p>  <p>「いただきます」 「ごちそうさま」 おうちでもあいさつをしてね。</p>	<p>2 おはし・食器を正しく持とう</p>  <p>1年生は「おはし名人」になるために、おはしの持ち方の練習をしたね。</p>
<p>3 楽しい会話をしながら食べよう</p>  <p>食事中に、いやな気持ちになる会話をしないように。みんなで楽しい雰囲気の中で食べたいね！</p>	<p>4 正しい姿勢で食べよう</p>  <p>背筋をピンと伸ばして、机にひじをつけないようにしよう。正しい姿勢だと、見た目がいよいよ！</p>



マナーを守って食事をすると、いい雰囲気で食事ができるんだよ！

5 食べ物が口に入っているときは話さずに食べよう



目の前の人に、口の中を見せないようにしましょう。



マナーを守って、みんなで気持ちがいい給食時間にしてね。



給食で手作り恵方巻き

2月3日は節分に向けて、今日は少し早めの節分献立でした。節分の文化を学びながら、子どもたちは思い思いの手作り恵方巻きを作って食べていました。

節分ってどんな行事？

鬼（邪気）を追い払うために、豆まきをします。鬼は、目に見えない「災い」を表しています。

恵方巻きは、もともと関西地方で食べる習慣がありました。「恵方」（その年に縁起がよいと言われる方角）を向き、みんなの健康を祈りながらのり巻きを一息で食べるとよいといわれています。

今年の恵方は**南南東**！



チーズ、卵焼き、ツナサラダを巻いたよ。

