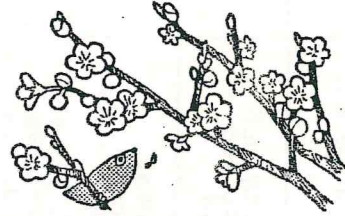


給食だより

2目

中野区立向台小学校
平成29年1月30日

まだまだ寒い日々が続いていますが、暦の上ではもう春です。寒さで、家にこもりがちですが、外に出て自然の中に少しずつあらわれてくる、春の気配を探して歩いてみるのも楽しいですよ。



** 食事マナーを守って食事をしよう **

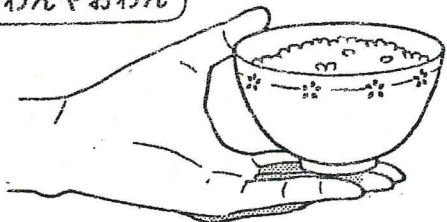


みなさんは食事マナーを守って食事をしていますか？ 食事のあいさつをする、姿勢を正して食事をする、口に食べ物が入っている時に話をしない、はしやお茶わんを正しく持つなど、いろいろなマナーがあります。一つひとつの食事マナーをふり返ってみて、自分はきちんとできているのか、確認をしてみましょう。食事マナーがきちんと身につけている人は、とても素敵に見えますし、一緒に食事をする人も気持ちがよいものです。

チェック 茶わんやはしを正しく持っていますか？

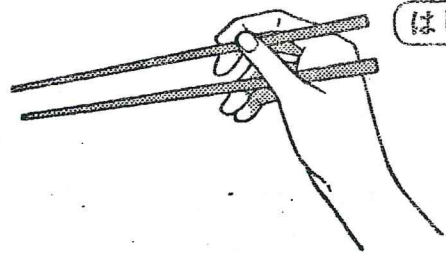
自分の持ち方を見てチェックしてみましょう。

茶わんやおわん



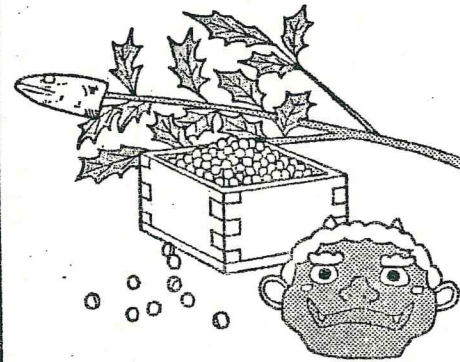
- 親指を茶わんやおわんのへりにかけて、残り4本の指で糸底（下のつき出している部分）を支えて持っている。
- 4本の指はきちんとそろっている。

はし



- 上のはしをえんぴつの持ち方と同じように持っている。
- 下のはしは親指と薬指で固定して持っている。
- 上のはしだけが動き、下のはしは動かさないで使うことができる。

季節のかわり目 節分



もともと節分とは季節のかわる節目として立春、立夏、立秋、立冬の前の日のことをいいます。しかし、今では、立春の前の日のみを節分というようになっています。

節分には、豆をまくことで鬼に見立てた災いや病気などの邪気を追いはらい、福を呼び込みます。ほかにも鬼を追いはらうおまじないとして、ひいらぎの枝に、焼いたいわしの頭を刺したものを門口や家の軒下に飾ります。



寒いけれど

牛乳を残さず飲もう！



バレンタインデー

食べ物ノート チョコレート

- 日本ではたくさんのチョコレートが売られています。1人当たりの消費量も多いと思いがちですが、国際的に見ると消費の少ない国のようなようです。2013年の国際菓子協会・欧州製菓協会の資料によると、日本の1人当たりの1年間の消費量は2.2kg。それに対してドイツ12.2kg、スイス10.8kg、ノルウェー9.6kg、イギリス8.9kg、オーストリア8.8kgとなっています。バレンタインの時期には、多くのチョコレートが販売されますが、ヨーロッパの人々の消費には及ばないようです。

