

しょくじ

つか かた

# 食事のマナー（はしの使い方）



日本人にとって、はしは大切な食事の道具です。はしを正しく使うと、料理が食べやすく、周りにも良い印象を与えます。給食の時間に、はしの正しい持ち方を練習しましょう。

こんだてめい  
【献立名】

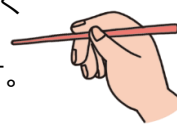
ごはん・牛乳・さばの塩焼き・五目豆・のっぺい汁・味付けのり

## はしの持ち方

① えんぴつを持つように  
はしを1本持つ。



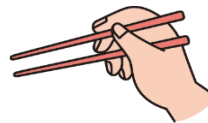
② はしを「1の字」を書く  
ようにたてに動かす。



③ もう1本のはしを親指  
のつけねから、中指と  
くすり指の間に通す。



④ 上のはしだけを動かす。



## くやってはいけないはしの使い方（嫌いばし）>



まよいばし



なみだばし



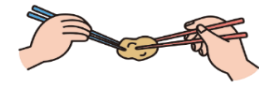
よせばし



さしばし



もちばし



はしわたし（ひろいばし）



きょう きゅうしょく  
今日の給食で  
ちょうせん  
挑戦してみよう！

さばの塩焼き

切る

さばの塩焼きは、  
はしを使って  
上手に切って  
食べましょう。



ごもくめ  
五目豆

つまむ

ぶたにく だいふく  
豚肉、大豆、にんじん、ごぼう、昆  
布、こんにゃく、さやいんげんを  
はしでつまんで  
食べましょう。



あじつ  
味付けのり

くるむ

ごはんの上にのりを乗せ、  
ごはんをのりに  
くるんで  
食べましょう。

