



# 給食だより 3月号

令和7年3月

和歌山盲学校

## 意識していますか？ 食事のマナー

今年度の給食もあと少しで終わりです。皆さんは食事マナーに

気をつけながら給食を食べることができましたか？

### 正しい姿勢

- 背筋を伸ばす
- いすに深く座る
- 床に足をつく
- 机とおなかの間をこぶし1個分くらいあける



### おわんの持ち方



親指をおわんのふちに添え、残りの指でおわんの底を支える。

### やりがちなマナー違反



ひじをつく

## ！ 食事中に気をつけたいこと



食べ物を口に入れたまましゃべるのはやめましょう。



かむときは口を閉じて、クチャクチャとおと音を立てないようにしましょう。



周りの人が嫌な気持ちになるような話をするのはやめましょう。



食べている途中に立ち歩くのはやめましょう。

高等部では今年度も姿勢や食器・おはしの持ち方などの食事マナーについて勉強し、自分たちの食事マナーについて確認しました。

授業後の感想では

- ・ おはしや食器の持ち方に気をつける
- ・ 姿勢をまっすぐにして食べる
- ・ 話すときは口の中の物を飲み込んでからにする

などがありました。食事マナーがよくなないと一緒に食べる人にいやな思いをさせてしまいます。また、日頃の習慣がついつい出るため、普段から意識することが大切です。周りからよい印象を持ってもらえるようマナーを守り、楽しい雰囲気ですりできるようにしたいですね。