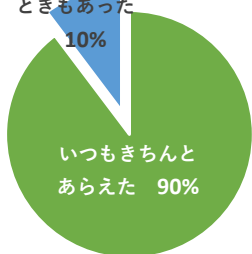
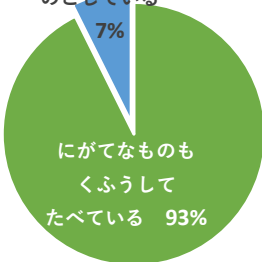
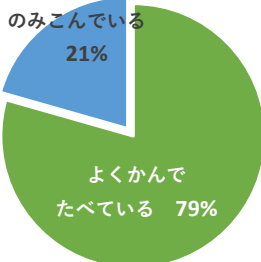
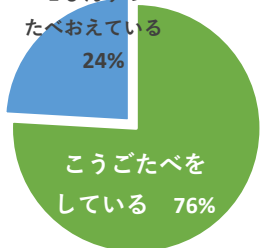


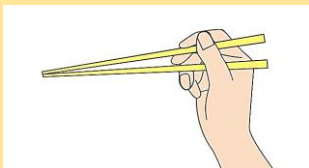
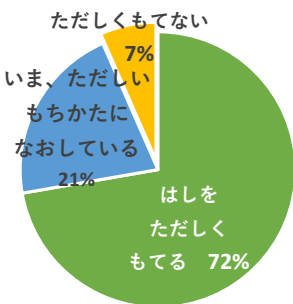
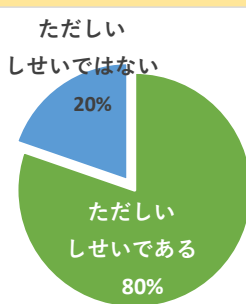
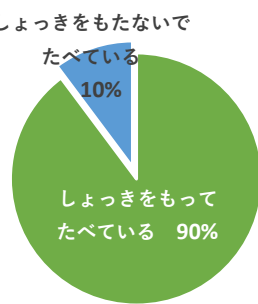
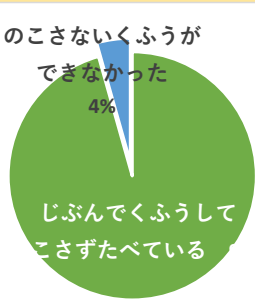
給食のマナーを見直そう！

令和5年度 6月に実施した給食マナーのアンケート結果をまとめました。

※ **ピンク色**は、今年度の重点項目 ※**黄色**は、次に気を付けてほしい項目です。

給食のマナーの中には、身につけなければならない基本の食事のマナーから自分の体を思いやり、やらなければならないマナーまであります。これらの給食時のマナーを確認するとともに、自分の様子を振り返り、みんなと気持ちよく給食を食べられるように、以下のような内容でタブレットのフォームでのアンケートを実施しました。

きょうしよくまえ 給食の前に、 きちんと手を洗っている。 	きちんとあらえない ときもあった 10%  いつもきちんと あらえた 90%	えいよう 栄養のバランスを考えて、 のこ 残さず食べている。 	くふうせずに、 のこしている 7%  にがてなものも くふうして たべている 93%	ゆっくりとよくかんで 食べている。 	あまりかまずに のみこんでいる 21%  よくかんで たべている 79%	ごはんとおかずを 交互に食べている。 	1ぴんずつ たべおえている 24%  こうごたべを している 76%
て 手を水で濡らし、せっけんを使い、丁寧に洗いましょう。水ですすいだら、きれいなハンカチで、手をふきましょう！		だれ 誰でも苦手な食べ物はあるものです。苦手だからといって敬遠するのではなく、工夫して食べようとする力がとても大切です。		ひとくち 1口30回かむとよいとされています。30回はオーバーですが、かむことを意識して食べるようにしましょう！		ひと 1つのメニューだけを食べてしまう一気食いでなく、すべてのメニューを少しずつ食べていく交互食べをすると、消化も良く、栄養の吸収もよくなります。	

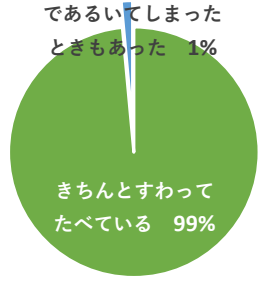
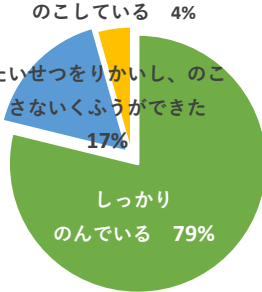
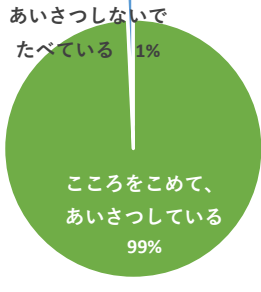
はしを正しく 持って食べている。 	ただしくもない いま、ただしい もちかたに なおしている 21%  はしを ただしく もてる 72%	正しい姿勢で 食べている。 	ただしい しせいではない 20%  ただしい しせいである 80%	食器を正しく持って 食べている。 	しょっきをもたないで たべている 10%  しょっきをもって たべている 90%	量の調節を食べる前に、 残さない工夫ができています。 	のこさないくふうが できなかった 4%  じぶんでくふうして こさずたべている
上の箸を親指と人差し指と中指で動かし、 下の箸は親指の付け根と薬指で押さえます。		背すじを伸ばして、足はかかとをしっかりと床 につけ、机とお腹の間に、グー（握りこぶし1 個）が入る位置で食べます。		反対の手で食器を持って、食べましょう！ 持ち方は、親指が食器の上のへりに、残りの4 本の指は食器の下に置く持ち方です。		自分の食べきれる量や苦手なものを把握して おくことは、とても大切です。	

きゅう しょく

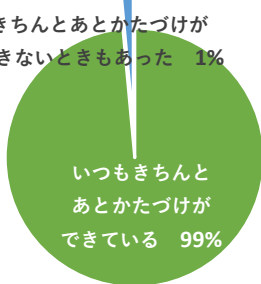
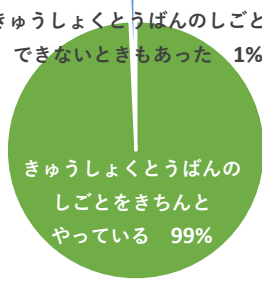
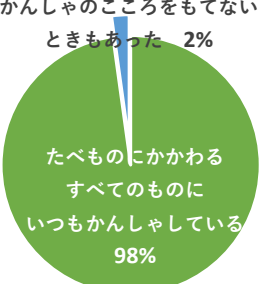
み な お

給食のマナーを見直そう！

これからも守ってほしい項目です。

立ち歩いたりせずに きちんと座って食べている。 	であるいてしまった ときもあった 1%  きちんとすわって たべている 99%	牛乳のよさをきちんと 理解してしっかり飲んでいる。 	のこしている 4% たいせつをりかいし、のこ さないくふうができた 17%  しっかり のんでいる 79%	「いただきます」 「ごちそうさま」の あいさつができています。 	あいさつしない たべている 1%  こころをこめて、 あいさつしている 99%
食事中は、きちんと座り、落ち着いて食事を取りましょう！		成長期のみなさんは、一日700ml以上のカルシウムが必要です。		音を立てずに手を合わせ、心を込めて、命に「いただきます」、携わってくれたすべての方に「ごちそうさま」といいます。	

考察) アンケート結果から、交互食べをしていない児童やよく噛まないで食べている、正しい姿勢で食べていない児童が、20%以上いることが分かりました。
この3つのマナーに注意して改善できるようにしましょう！

順番にきちんと 後片付けができています。 	きちんとあとかたづけが できないときもあった 1%  いつもきちんと あとかたづけが できている 99%	給食当番の仕事に きまりを守って取り組んでいる。 	きゅうしょくとうばんのしごとを できないときもあった 1%  きゅうしょくとうばんの しごとをきちんと やっている 99%	給食に関わるすべてに 感謝の心をもっている。 	かんしゃのころをもてない ときもあった 2%  たべものにかかわる すべてのものに いつもかんしゃしている 98%
食べ残しやご飯粒が食器に残っていたり、スプーンやフォークの向きが揃っていないかったりしていませんか。きれいな食器を戻すことは、おいしかったよ！のサインになります。		身だしなみは大丈夫ですか。髪の毛が出ていたり、爪がのびていたりしていませんか。		生産者の方、配送の方、食品を作る企業の方、調理員さんや栄養士さん、給食費を払ってくれるおうちの方など、すべてに感謝の気持ちを常に持ちましょう！	

6月に実施した給食のマナーアンケートに協力してくれたみなさんありがとうございました。

これから自分で気を付ける部分が見えてきましたね。
きまりを守り、だれもが気持ちよく給食の時間を過ごせるようにがんばりましょう！

学校栄養士 池田貴子