



栄養指導がありました。

4.5 歳児クラス対象に区の栄養士による栄養指導がありました。

食事のマナーとは「みんなが楽しく過ごすためのお約束事です。」と教えてくれました。

おうちでもきいてみてくださいね！

1. ごあいさつについて



作る人たち、すべての命に
「ありがとう」の気持ちをこめて
「いただきます」「ごちそうさま」の
ごあいさつをしましょう！

2. 姿勢について



ひじをついて食べると
こぼしたり、ぶつかったり…
姿勢が悪いと内臓が苦しくて
おなかが痛くなることもあります。
姿勢を正して食べましょう！

3. 食べるときに気をつけてほしいこと



- ①フォークやおはしで遊ばない
- ②できるだけ何でも食べる
- ③口に入っているときは大きな声でしゃべらない



給食の時に栄養士さんが見に
きてくれると、教えてもらったこと
を意識していました！

栄養士さんの話を真剣に聞きりん組・ぞう組