

背筋をピンと伸ばして食べよう

姿勢を正して食べていますか？ よい姿勢にするためのポイントをご紹介します。

よい姿勢をつくるためのポイント



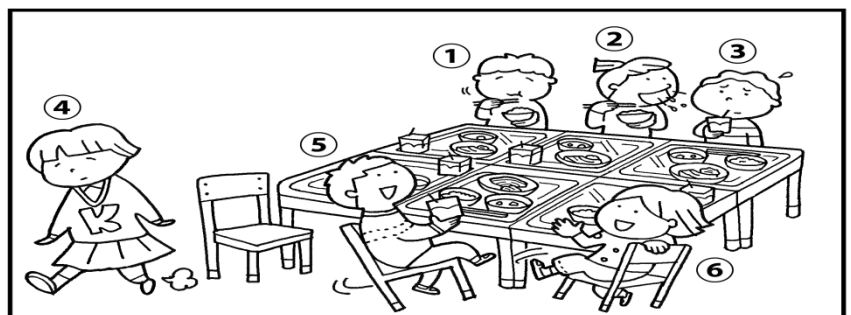
***** こんな姿勢はやめましょう *****

普段の食事の中の姿勢を、ふりかえてみましょう。背中が曲がっていたり、ひじをついていたりにしていませんか？ 悪い姿勢は直して、よい姿勢を心がけて座りましょう。



マナー違反はだーれだ

右の絵の中にマナー違反をしている人が4人います。だれがどんなマナー違反をしているのかを考えてみましょう。



答え ②、④、⑤、⑥ ②は口の中に食べ物が入ったまま話をしてしています。中の食べ物が見えたり飛んだりしています。④は食事中に立ち歩いています。周りの人が落ち着かなくなり、⑤、⑥はイスを揺らしています。後ろに倒れると危険です。

この「学校給食調理員だより」の発行者の一般財団法人むつ市教育福祉振興会はむつ市大畑学校給食センターにおける調理及び配送業務を受託しています。

所在地：青森県むつ市大畑町 163 TEL 0175-34-5397
事務局：青森県むつ市大畑町 観音堂 25-1 TEL 0175-34-5566

※毎日の献立を写真つきでコメントと一緒にブログにアップしています。毎月の献立予定もいつでも確認できますよ(^_^)

ホームページアドレス パソコンやスマートフォンから <http://kyoushin.org/> 携帯電話から <http://kyoushin.org/m.html>