



早いものでもう 11 月です。今年も残すところあと 2 カ月になりました。

子どもたちの成長もいろいろなところに見られるのではないのでしょうか。

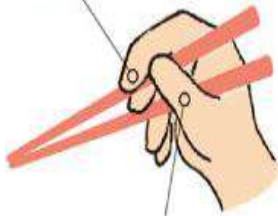
秋は日が沈むのも早くなり風も冷たい季節です。朝晩の冷え込みも強くなりますので、外から帰ったら“うがい”“手洗い”を習慣づけて、風邪をひかないように体調管理に気をつけましょう。



伝えていますか？

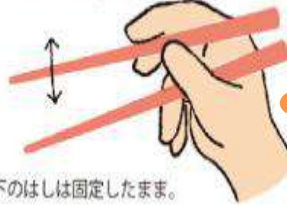
正しいお箸の持ち方

上のはしは
中指・人差し指で軽くはさみ、
親指をそえる。



下のはしは
親指のつけ根とくすり指で
支える。

上のはしだけ動かす。



下のはしは固定したまま。

～気をつけようこんなこと！～

お箸を使った食べ方には
いくつかいけないことがあります。

【ねぶり箸】

お箸についたものを口でなめてとる。



【さぐり箸】

器の中で箸を探り、
自分が好きなものをとりだす。



【迷い箸】

どの料理を食べようか迷い、
あれこれと箸を動かす。



【寄せ箸】

遠くにある器を、箸を使って手元に寄せる。



【刺し箸】

料理に箸を突き刺して食べる。



11月24日 和食の日

2013 年にユネスコ無形文化遺産に登録されました。【いにほんしょく】の語呂合わせから、【和食の日】と制定されました。

11 月は【和食月間】でもあります。

【和食文化】について意識を深めて、次世代に和食文化の保護と継承していく大切さを再認識する月です。

みなさんは好きな【和食】はありますか？
家族や友達と和食についてお話ししてみるのもいいかもしれませんね♪