



給食だより 8月号



令和7年8月
旭町保育園
平田 彩良

食事のマナーについて

暑い日が続いていますね。子ども達は、水分補給をしながら元気いっぱい遊んでいます。
先日、3歳以上児クラスを対象に、食事のマナーについて話をしました。今月の給食だよりでは、子ども達に話した内容を紹介します。

①ご飯、汁物、おかずの並べ方



マグネットで貼り付けられるものを用意し、「ごはんはここかな？」と問いかけながら、話をしました。

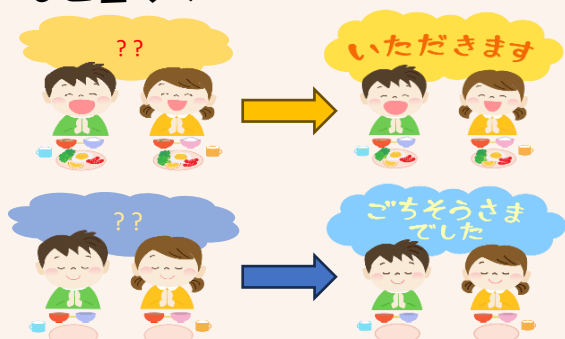
4.5歳児では、違う場所に置いてみると、「そこじゃない！ごはんはひだり！」など、クラスみんなで答えてくれる姿もありました。3歳児では「どっちに置いていたっけ？」といったものご飯の様子を思い出しながら考えている子も多く見られました。

②食べる時の姿勢



「ご飯を食べる時の正しい姿勢って、どんな姿勢かな？」と聞くと、どのクラスもそれぞれに答えてくれました。年齢が上がっていくにつれ、出てくる回答が増え、5歳児では「机とお腹はグーひとつぶんあける」という答えまで出ました。このポスターは3歳以上児の部屋に掲示しています。

③「いただきます」「ごちそうさま」はなぜ言うの？



「いただきます」は、お肉やお魚の命をいただくこと。「ごちそうさま」は、食材そのもの、生産者、運搬してくれた人、作ってくれた人、用意や盛り付けをしてくれた人など、全てに感謝をし、「ごちそうをありがとう」の気持ちであいさつをするという話をしました。
大きな声で言うことも大切ですが、感謝の気持ちをもってあいさつをすることを子ども達と約束しました。

食事のマナーを守ることは“一緒に食べる人が気持ちよく食事をする”ために大切なことのひとつです。

今後も、楽しく食べながらマナーが身につくように、担任と給食室職員で定期的に声掛けを行っていきたいと思います。また、身近な大人がお手本になれるように保育者もこれらのマナーを心がけていきます。

