

今月の食育講話 食事のマナーについて考えよう！

今月の食育講話のテーマは、「食事のマナーについて考えよう」です。去年は、色々な国の食事マナーについてふれました。今年も、自分自身のマナーについて、もう一度見直してみましょう。次の「食事のマナー」、あなたはいくつ身についていますか。最近問題となっている食事のマナーについても、考えてみましょう！

あなたは、次の「食事のマナー」、いくつできていますか？

- ① 食事の前に手を洗う
- ② 食事のあいさつ(いただきます、ごちそうさま)をする
- ③ 食事中は立ち歩かない
- ④ 姿勢を正して食べる(肘をつかない、足を組まない、膝を立てない)
- ⑤ 音を立てずに食べる
- ⑥ 食べながらしゃべらない
- ⑦ お茶碗は持ちながら食べる、手を添えて食べる
- ⑧ 好き嫌いを減らす
- ⑨ 箸を正しく持つ



参考：チャイビHP <https://chi-vi.com/childrens-meal-etiquette-18605.html>

Q. このチェック項目は、あるサイトの「子供の食事！〇〇〇までに教えておきたいマナーの基本！」という記事です。さて、〇〇〇には、何が入るでしょう？ ①中学生まで、②小学生まで、③大人になるまで

「三つ子の魂百まで」ということわざがあるように、子どもの頃の習慣は、良いことも・悪いことも大人になって残ります。子供の頃に染み付いてしまった習慣は、なかなか直したり・改善したりすることができません。そう、クイズの答えのように、上記の食事のマナーは、もう君たちに「身につけているべき」ものです。社会人になって、「食事のマナーがなっていない人、知らない人」と言われぬように、気をつけていきたいですね。

最近問題の「食事のマナー違反」あなたは気づかずにやっていませんか？

インスタ映えのための撮影



最近、インスタ映えのために食事を食べる前に撮影する人が増えていきますね。写真だけとって捨ててしまったり、撮影禁止の店内で無断

に撮ったりなど問題になっています。温かい料理を、一緒にいる人と楽しむことも大事な食事のマナーです。

もう一つ、「クチャラー」という言葉を聞いたことはありますか。くちゃくちゃと音を立てて食べる人の事のことです。クチャラーは、無意識の人も多いようで、気づかずに人に不愉快な思いをさせているかもしれません。口をしっかりと閉じて食べましょう。



「クチャラー」になっていませんか？