



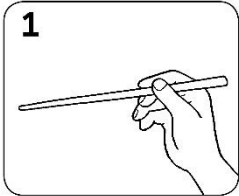
給食だより

令和6年度
所沢市立明峰小学校

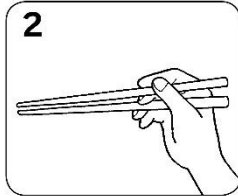


和食の食事作法は「はしに始まり、はしに終わる」といわれるほど、はしの使い方はとても重要です。はしは「切る」「はさむ」「くるむ」などの多様な機能があるので正しい使い方を身につけると食事がスムーズにできます。

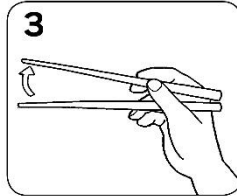
基本のはしの持ち方



1 上のはしは、正しい鉛筆の持ち方で軽く持ち、数字の1を書くように縦に動かしてみましょう。

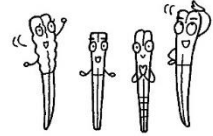


2 下のはしは、親指のつけ根から、中指と薬指の間に通します。はし先はそろえましょう。



3 親指を支点にして、中指で上のはしを持ち上げ、上のはしだけを動かしましょう。

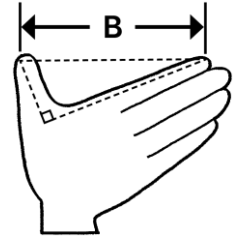
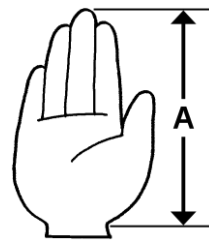
はしの長さ チェック



自分にあつたはしの長さは、自分の手の長さから計算できます。AまたはBの計算式で確かめてみましょう。

A (手首から中指の先までの長さ) × 1.2

B (親指と人差し指を直角に広げた長さ) × 1.5



いろいろな使い方ができる はし

はしは、つまむ、はさむ、切る、くるむ、混ぜるなど、いろいろな使い方ができる万能な道具です。正しく持って使いこなしましょう。

Chopsticks are amazing!!

こんな使い方はマナー違反

はしを、正しく、きれいに持てても、こんな使い方はマナー違反！みなさんはだいじょうぶですか？

