

# 6月は食育月間！

## 「めざせ！おはし名人」



～家庭でできる食育～

### \*はしの正しい持ち方\*

#### 【①のはし】

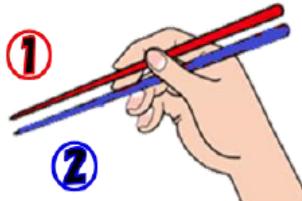
えんぴつを持つように親指、人差し指、中指で持ちます。



①のはしを入差し指と中指ではさみ、上下に動かします。

#### 【②のはし】

1本目のはしの下に入れ、薬指でささえます。



②のはしは動かしません。

八王子市では、食育月間である6月に、正しい箸使いができる児童の育成のため、「めざせ！おはし名人」に、八王子市立小学校全校で取り組んでいます。給食時間などに、正しい箸の持ち方、マナーについて継続的に学びます。

また、家庭では「めざせ！おはし名人 がんばりカード」に取り組めます。頑張って挑戦した日に色を塗っていき、取り組み後には「これからのめあて」を自分で考えて記入します。

『はし』を上手に使えると、魚の骨をきれいに取り除けたり、豆などの小さいものをつまめたりなどの細かい動きもできるようになります。ご家族での箸使いやマナーを見直す機会となれば幸いです。

めざせ！おはし名人 がんばりカード

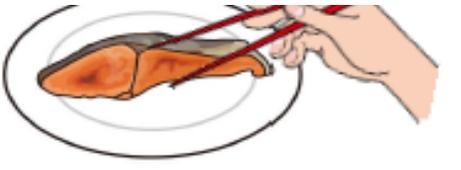
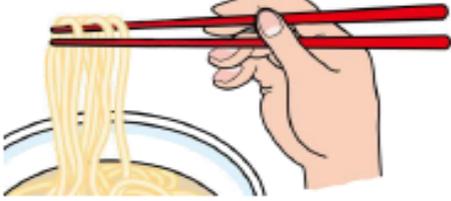
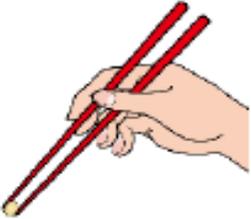
## おはし名人になろう！ウィーク

おもての『がんばりカード』は毎日、挑戦できたかな？

17日から21日の5日間は、【5つのはし使い】をチェックします。

『がんばりカード』の成果を試して、☆に色をぬろう！

できた！…☆3つ		もう少し！…☆2つ		がんばろう！☆1つ	
17日 (月)	<b>あつめる</b>	18日 (火)	<b>きりさく</b>		
かやくごはんの、お皿についたお米をきれいに集める		さけの照り焼きを食べやすく、いようにひとくち大に切る			

						
<p><b>19日 (水) はさむ</b> あんかけやきそばの めんをはさむ</p> 	<p>チェック して☆に 白きぬろう</p> 	<p><b>20日 (木) ほねをとる</b> さんまのしょうが煮の ほねをとる</p> 	<p>チェック して☆に 白きぬろう</p> 			
<p><b>21日 (金) つまむ</b> 五目煮豆の豆や野菜を つまむ</p> 	<p>チェック して☆に 白きぬろう</p> 	<p>5つのはし使いは上手にできたかな？ うまくできなかった人は、 これからも練習を続けよう！</p> <p>*チャレンジしたかんぞう*</p> <table border="1" data-bbox="1142 821 1343 1007"> <tr> <td>発表から</td> </tr> <tr> <td> </td> </tr> <tr> <td> </td> </tr> </table>		発表から		
発表から						

### 児童の感想を紹介します

- ・箸の持ち方が上手になってよかった。
- ・難しいです。もっと上手になりたいです。
- ・挟むのが上手になりました。

### 保護者の感想を紹介します

- ・繰り返し練習すれば、きっと身に付きます。
- ・マナーを自分のものにして、おはし名人になりましょう。
- ・毎日、家族みんなのお手本になってね！