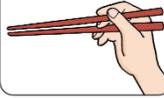
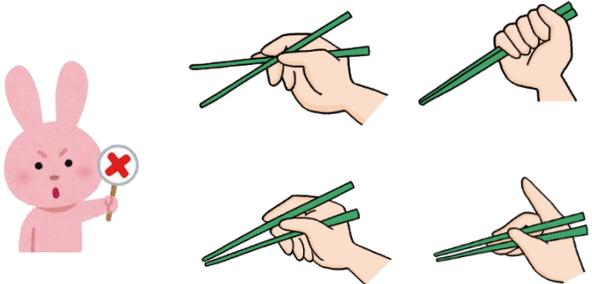


# 食事マナー

かのやの  
食べて育む  
知恵袋  
2023. 9

食事にはエネルギーや栄養素をとる以外にも、人と人のつながりを深めたり、心を和ませたりする働きがあります。食事マナーは昔から伝えられてきたもので、相手にいやな気持ちにさせないことやきれいに食べるために守ってほしい大切なことです。

食事のあいさつ	姿勢		
<p>日本には食事の前後のあいさつがあります。「いただきます」にも「ごちそうさま」にも食べ物の命や食事を用意するために関わった人たちへの感謝の気持ちが込められています。</p> 	<p>いすに深く腰かけ、背筋を伸ばして足を床につけて食べます。</p> 		
茶わんの持ち方	よくない持ち方		
<p>4本の指の上に糸底をのせて、親指を茶わんのへりにかけて支えます。4本の指をそろえると器が安定します。</p> 			
おはしの持ち方	よくない持ち方		
<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div data-bbox="115 1265 279 1411"> <p>1</p>  </div> <div data-bbox="315 1265 479 1411"> <p>2</p>  </div> <div data-bbox="515 1265 679 1411"> <p>3</p>  </div> </div> <p>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よう。</p> <p>下のはしは、親指の付け根から、中指と薬指の間に通します。はし先はそろえます。</p> <p>親指を支点にして、中指で上のはしを持ち上げ、上のはしだけ動かしましょう。</p>			
マナー違反に注意！ きらいばし			
 <p>さしばし</p>	 <p>よせばし</p>	 <p>まよいはし</p>	 <p>ねぶしばし</p>
 <p>なみだばし</p>	 <p>もちばし</p>	 <p>さぐりばし</p>	 <p>はしわたし</p>