

ぱくぱくカレンダー



はしを上手に使っておいしく食べよう!

★はしを使って食事をするとき、あなたが上手にできている、と思う使い方に

○をつけましょう。(いくつでも)



食べものをはさむ



小さいものをつまむ



口にはこぶ



ごはんつぶなどをあつめる



めんなどをすくう



食べものを切る



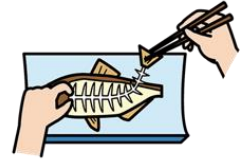
のりなどでくるむ



なっとうなどをまぜる



さかなのみなどをほくす



さかなのほねなどをはがす

◎はしの持ち方

①えんぴつと同じように、
親指・人差し指・中指
で1本のはしを持つ。

②数字の「1」を書くよ
うに、上下に動かす。

③もう1本のはしを、
親指の付け根から、
中指と薬指の間に
とお通す。

④上のはしを動かし、
はし先を閉じたり
開いたりして、食
べものをはさむ。



はしの
動かし方を
練習しよう!



した
下のはしは
動かしません。

◎やっではいけないはしの使い方を知ろう

日本の食事のマナーとして、やっではいけないはしの使い方を、「嫌いばし」といいます。家族や友達と一緒に食べる時や、外食をする時などは特に、みんなとおいしく気持ちよく食べられるように、覚えておきましょう。

