

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)



食べものをさはむ



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



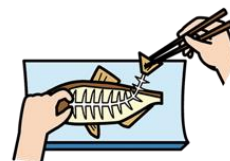
のりなどでくるむ



なっとうなどをまぜる



さかなのみなどをほぐす



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
べものをさはむ。



はしの
うご
かし方
を
れんしゅう
練習しよう！



した
下のはしは
うご
かしません。

◎やって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、やって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ときや、外食をするときなどは特に、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。

たてばし



わたしばし



さしばし



よせばし



なみだばし



まよいばし



もちばし



ひろいばし



ねぶりばし



たたきばし

