

1月27日(水)

～食べることは生きること～

たの 楽しく食べよう

みなさんはおいしく楽しく食事をしていますか。家族や友だちと一緒に楽しい気分で食事をすると、なごやかな気持ちになったり、仲良くなったりできます。

楽しい気分で食事をすると、よりおいしく感じられます。また、元気になるだけではなく、食べものの消化・吸収がよくなります。みんなが気持ちよく食事ができるように食事のマナーを守りましょう。



たの はなし
楽しい話や、うれしい話をする。



「いただきます」「ごちそうさま」
のあいさつをする。



よくかんで食べる。



しせいよ
姿勢良く、きちんと座って食べる。