

号外編

# Let's 食育



食育推進キャラクター  
しろぐみ丸

急に涼しくなりましたが、体調など崩されてはいませんか。

今年は10月に入ってから30℃を超える真夏日が続き、10月の連続真夏日の最長記録を更新したそうです。これから寒くなってきますので、しっかり食べて冬に備えましょう。

## 10月30日は「マナーの日」～家庭における食育の推進～

日本サービスマナー協会が設立された日に合わせ、10月30日を「マナーの日」としています。ビジネスマナー、一般マナーなどあらゆる場面において必要不可欠なマナーについて見直し、生活に役立ててもらうことを目的とした記念日になっています。

食事にもマナーはたくさんありますが、今回は基本である「おはし」についてご紹介しますので、もう一度見直してみましょう。

### おはしの持ち方



えんぴつを持つように1本をもつ

点線の部分にもう1本を入れる。

上手に持てたら上のはしだけ動かしてみよう！

### ポイントその1 おはしの選び方



親指と人差し指を直角に広げ、指先の間を結んだ長さの1.5倍程度の長さが適しています。

### ポイントその2 「きれいばし」に注意しよう

【さしばし】  
はしでつきさして料理をとること

【ねぶりばし (なめばし)】  
はしをなめること

【よせばし】  
器を持たずに、はしで器を引き寄せること

【指しばし】  
はしで人を指すこと

【なみだばし】  
料理の汁をしたらせたり、汁をたらすこと

### 「第四次かごしま市食育推進計画素案に係るパブリックコメント手続き」を実施しています！

令和4年度～8年度を計画期間とする「第四次かごしま市食育推進計画」の素案がまとまりましたので、市民の皆様のご意見やご提案を募集します。多くのご意見をお寄せください。

詳しくはホームページをご覧ください。

●かごしま市ホームページ「健康・福祉」のカテゴリー → 「食育」 → 「みんなの食育」

<http://www.city.kagoshima.lg.jp/syokuiku/index.html>



令和3年  
10月発行

