

やっぱい!!

ばわー



第2号



発行：一宮市教育研究会
食育・給食部会
2025年5月発行

みなさんは、はしを上手に使えていますか？自分も周りの人も気持ちよく食事をするには、はしの持ち方や使い方がとても大切です。正しいはしの持ち方や使い方について考えてみましょう。

みんなでチャレンジ！

目指せ



「はし名人」

はしの持ち方

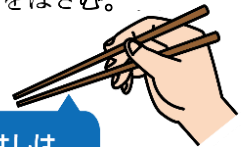
- ① えんぴつと同じように、親指・人差し指・中指で1本のはしを持つ。
- ② 数字の「1」を書くように、上下に動かす。
- ③ もう1本のはしを、親指の付け根から、中指と薬指の間に通す。
- ④ 上のはしを動かし、はし先を閉じたり開いたりして、食べ物をはさむ。



はしの
動かし方を
練習しよう！



下のはしは
動かしません。



● いろいろな使い方に挑戦してみよう



正しいはし使い
は一生の宝物で
す。
正しい持ち方や
使い方を意識し
て、毎日の食事
で練習していき
ましょう。

食べ物クイズ
に挑戦!



今月は はたらきクイズ！【赤のなかま編】

マスの中に、【赤のなかも（1群・2群）】の食べ物の名前がかくれているよ。ヒントを手がかりに、たて・よこ・ななめの文字をつなげて、5つさがしてみよう！2回使う文字もあるよ。おうちの人と一緒に考えてみよう。

《ヒント》

(例)： 旬が2回ある魚で、「初〇〇〇」「戻り〇〇〇」という呼び方を
する魚だよ。(答え：かつお)

- ① 魚のすり身を竹または鉄の棒などに巻き付けて焼いたものだよ。
- ② 羊の胃袋で作った水筒に乳を入れ、ラクダの背にくくりつけて、砂漠を旅した時にできた食品という言い伝えがあるものだよ。
- ③ いわし類の稚魚のしらすを食塩水でゆでた後に、天日干しでしっかり干した乾物だよ。
- ④ 海そうを板状にして乾燥させたものだよ。
- ⑤ だいずを発酵させて作る、ネバネバした食べ物だよ。

① 5 < 6 ② 5 - 9 (7 - 7) ③ 5 0 0 0 0 0 0 0 ④ 0 0 ⑤ 5 0 0 0 0

じ	や	こ	か	つ
ん	な	わ	く	お
め	ん	っ	ち	ー
り	の	わ	と	ず
ち	い	か	め	う

※一宮市教育研究会 食育・給食部会では、今後も食育広報紙「やっぱり！！食ぱわー」を毎月発行していきます。親子で読んで「食」に対する意識を高めていただけたらと思います。