



*** 心と体の健康を願って ***

きゅうしょくしんぶん

2019. 1. 25 発行

<No.4>

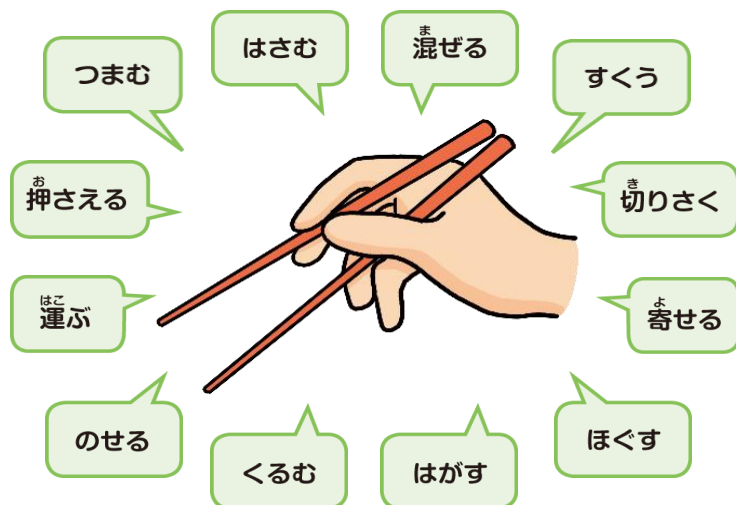
しなのしょうがっこう あつべつにししょうがっこう
信濃小学校・厚別西小学校



おはしの国の人だもの はしの達人になろう！

はしは、優れた道具

はしは、さまざまな機能をもった、優れた道具です

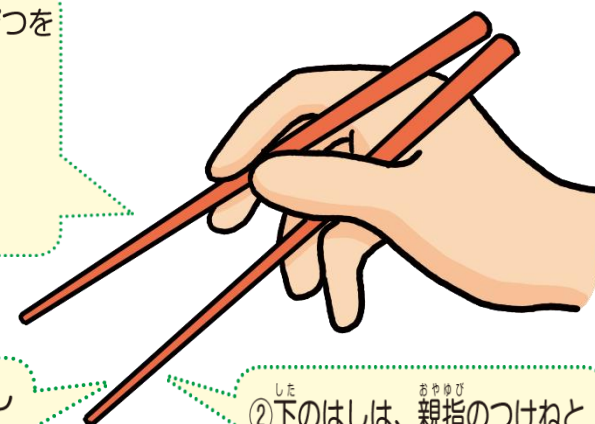


正しいはしの持ち方、していますか？

① 上のはしは、えんぴつを持つように持つ



③ 使うときは、上のはしだけを動かし下のはしは動かさない

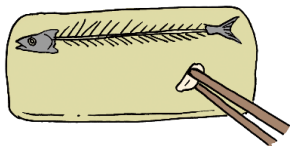


② 下のはしは、親指のつけねと薬指のつめの横に、のせる

はしを正しく持つことで、「はさむ」「混ぜる」「切りさく」など、はしの持つさまざまな機能を上手に使いこなすことができます。また、食べやすさにもつながり、きれいに食べることができるようになります。まちがった持ち方をしている人は、ぜひ、正しいはしの持ち方を練習して身に付けるようにがんばりましょう！

はしがじょうずに使えると食べ方が素敵になります！

魚がきれいに
食べられる！



はしを正しく持つと、はしの先が鳥のくちばしのように、細かい骨を除いたり、身を上手にさいて分けられたりできます。食べ方がとてもきれいになります。

お茶わんも
ピカピカ！



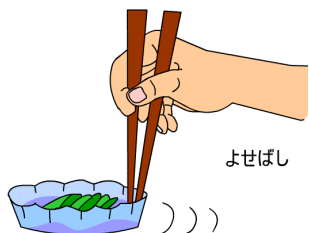
はしを正しく持つと、茶わんについたご飯粒や小さな野菜も、ピンセットのようにつまんで口に運べます。お茶わんがきれいになり、心もピカピカになります。

素敵な
大人になれそう！

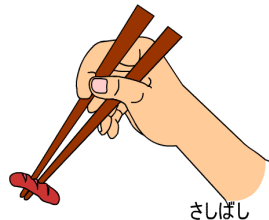
はしを正しく持つと、食べ方が美しくなります。周りからも「素敵な人だな」と思われることでしょう。人生でもきっとよいチャンスがたくさんめぐってきて……。ぜひ、今から素敵に変身してみませんか。



してはいけない、はしの使い方をおぼえておこう！



▼食器をはしでひきよせる



▼食べものをはしですす



▼汁ものの中をはしで探ったり、自分の好きなものを探り出すこと



▼どの料理を食べようかと迷って料理の上であちこちはしを動かす

このほかにも、「してはいけないはしの使い方」があるので、ぜひしらべてみてね！

きゅうしよく なるほどクイズのせつめい

1. 「スパゲティ」と呼べるのは、デュラム小麦のみで作られたものだけなので、北海道産小麦で作る給食の「パスタ」は、「スパゲティ」とは呼べないのです。

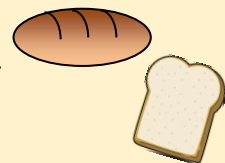


また、「平たいめん」で、スパゲティと形状もちがうので、「パスタ」と呼ぶことにしました。

2. 「青のりポテト」に使う「じゃが芋」は、信濃小で78.8キロ、厚別西小が36.2キロで合計115キロになります。



3. 黒コッペと黒角食も、パン生地は同じものなので黒さとうの量も同じです。焼く形によって味が変わって感じるなんてふしぎですね。



4. 和食（ごはん・汁もの・おかず）の時の食器の正しい並べ方は、「ごはん（茶わん）が左、汁もの（カップ）が右で、はしは持つ方を右にして手前に横に置く」です。

