

## 「給食を食べながら 食事のマナーを学ぼう」

令和8年 1月15日 (木)

お箸の持ち方、使い方、食べる時の音・姿勢…  
テーブルマナーを挙げだしたら、キリがありません。

そんな毎日のゴハンで、そんなこと言わなくても。(-"-)

テーブルマナーは特別な日だけのものではないのです。

毎日の生活に密着しているもので、一緒に食事をする人同士が、  
お互いに気持ちよく食事を囲むことができるようにするものです。

そして、食事や食材を作ってくれた人に感謝の気持ちを表す

「感謝のふるまい」なのです。

キレイに、美しいふるまいで食事が出来る人は、  
見ていても、とても清々しいものです。  
基本のテーブルマナーを身につけて、  
お食事美人を目指しましょうね。



にぎり箸：箸を握って持つこと

よせ箸：器を箸で引き寄せたり、移動させること

刺し箸：お料理に箸を刺すこと

渡し箸：箸を器に乗せて、橋みたいに置くこと

探り箸：器の中の食べ物を箸でよって探ること

迷い箸：器の上で箸を行き来させて、迷うこと

空 箸：一度箸でつかんだお料理を、放すこと

移り箸：箸を「やっぱりこっち」と器から器へ移動させること

もぎ箸：箸についた食べ物（ご飯粒など）をもぎ取ること

涙 箸：食べ物からポタポタ汁を垂らしながら食べること

横 箸：お箸をそろえて、料理をすくうこと

噛み箸：箸を噛むこと

移し箸：箸から箸へと食べ物を受け渡すこと

ねぶり箸：箸をペロペロ舐めること

持ち箸：箸を持ちながら、同じ手で器を持つこと

押し込み箸：口の中へ食べ物を押し込むこと

立て箸（仏箸）：ご飯にお箸を突き刺すこと