



はしの使い方名人になろう!



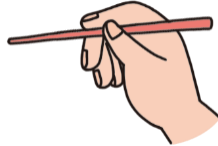
はしは、日本人にとってとても大切な食事の道具です。昔から、日本人ははしを器用に使って食事をしてきました。こうした文化を大切に守り、また後世にも伝えていくようにしましょう。

正しいはしの持ち方

・はしを上手に持って食事をする、はしがしやすくなります。はしの正しい持ち方を練習しましょう。



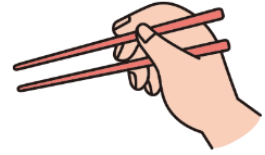
①正しいえんぴつの持ち方で、はしを1本持つ。このとき親指は、はしの真ん中より少し上です。



②はしを「1」の字を書くように、たてに動かす。動かす指は、親指と人差し指、中指です。



③もう1本のはしを親指のつけ根から、中指と薬指の間に通します。



④はしを親指のつけ根と薬指の第一関節あたりで固定します。

××× 気をつけよう!

やってはいけないはしの使い方 ×××



くわえはし

・はしを口にくわえたまま手を使うこと。



にぎりはし

・はしをにぎって持つこと。

たたきはし
・はしで食器をたたいたり、はし同士でたたくこと。



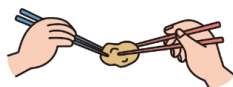
ねぶりはし

・はしの先をなめたり、はしに付いたものを舌でなめること。



迷いはし

・何をとりかかって迷って料理の上ではしを動かすこと。



なみだはし

・はしの先から汁をぽたぽたと落とすこと。

持ちはし
・はしを持って手で、同時に他の食器を持つこと。

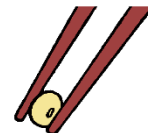


はし渡し (ひろいはし)

・はしとはしで料理のやりとりをすること。



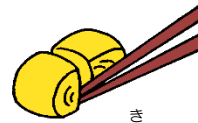
いろいろなはし 使い方ができる



つまむ



はさむ



きる



くるむ



混ぜる



はがす

はしは、和食を食べるのに適した、つまむ、はさむ、きるなどいろいろな動作をすることができます。

これであなかも
はし名人かも



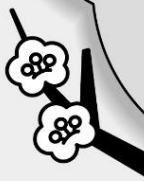
まめまめ 3 択クイズ

レベル★=かんたん
 レベル★★=ちよっとむずかしい
 レベル★★★=とってむずかしい

Q1

えだまめ じゆく かん そう
 枝豆が熟して乾燥すると、
 どの豆になるでしょう？

- ① 小豆 ② 大豆 ③ レンズ豆

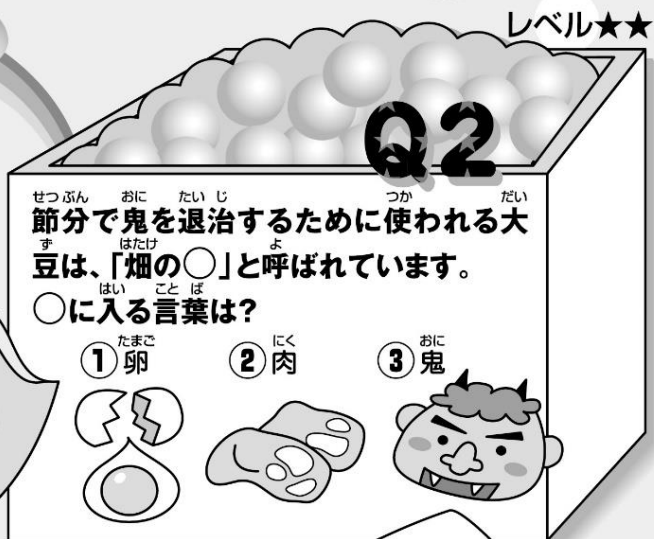


Q2

せつぶん おに たい じ つか だい
 節分で鬼を退治するために使われる大
 豆は、「畑の○」と呼ばれています。

○に入る言葉は？

- ① 卵 ② 肉 ③ 鬼



Q3

しゅうかく まめ
 グリーンピースが収穫できる豆は
 どれでしょう？

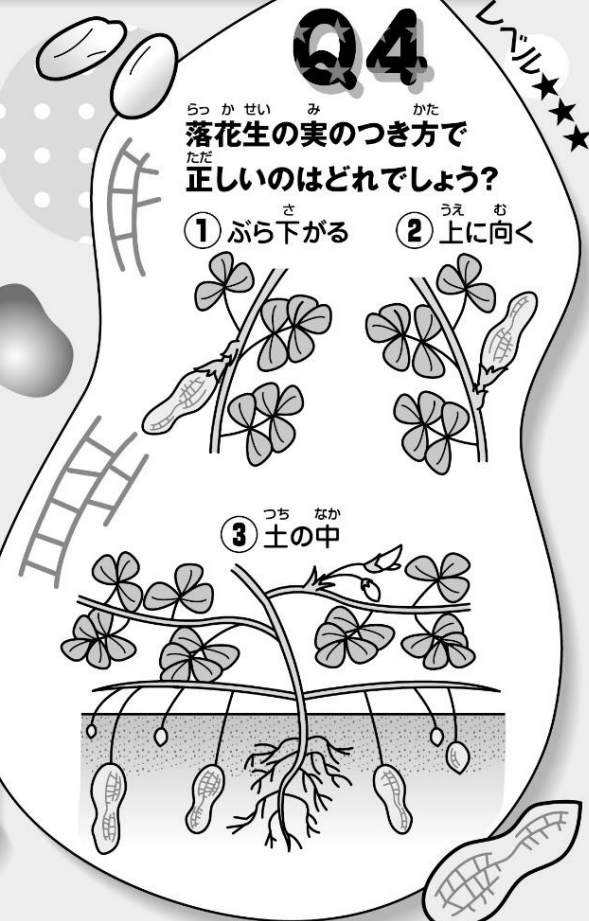
- ① エンドウ ② インゲンマメ ③ 緑豆



Q4

らっ か せい み かた
 落花生の実のつき方で
 正しいのはどれでしょう？

- ① ぶら下がる ② 上に向く



Q5

とり かたち な まえ
 鳥の形をしていることから名前が
 ついた豆を何というでしょう？

- ① からす豆 ② うぐいす豆 ③ ひよこ豆



Q4=③(花が咲いたあと、地面の中にもくって実をつける) Q5=③(うぐいす豆は、青エンドウを甘く煮たもの)
 Q2=②(大豆には肉のぷよにたんぱく質がたさん含まれているから) Q3=①
 Q1=②

○相談受付中…食べることにに関して何か気になっていることがある方は、栄養教諭(小林)まで

☆TEL: 24-0554☆