



河北の食育だより

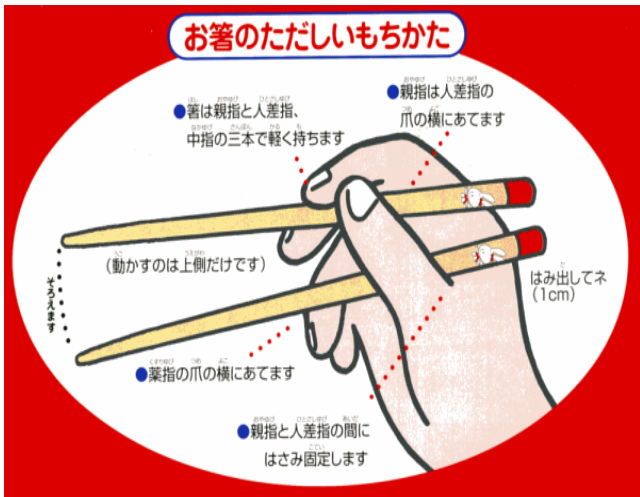


伝えていますか？正しいお箸の持ち方

8月4日は、は（八）し（四）の語呂合わせから、『はしの日』だそうです。

私たち、日本人にとって美しいお箸使いは、大切な食事の作法です。『箸は人なり』と言われるように、お箸の使い方をみればその人のことが分かっていわれています。また、お箸の持ち方は、鉛筆の持ち方につながるので、正しくもてるようにしたいですね。

うまく使えるようになってほしいとあせりがちですが、無理に強制すると、誤ったお箸使いを覚えがちになりますので、焦らず見守りながら練習しましょう。



～気をつけようこんなこと！～

お箸を使った食べ方にはいくつかやってはいけないことがあります。

【ねぶり箸】

お箸についたものを口でなめてとる。

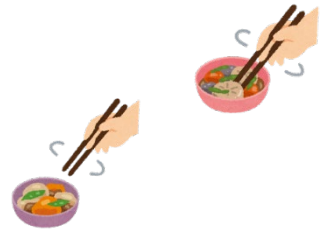


【さぐり箸】

器の中で箸を探り、自分が好きなものを取りだす。

【迷い箸】

どの料理を食べようか迷い、あれこれと箸を動かす。



【寄せ箸】

遠くにある器を、箸を使って手元に寄せる。



【刺し箸】

料理に箸を突き刺して食べる。

