

### ～和食の基本マナー～

## 箸を上手に使おう！！



「箸」は日本の食文化のひとつです。現在、日本食が世界中で注目されていますが、海外でも日本食では「箸」が主役です。箸や茶碗の扱いは、一緒に食事をする人にとって気になるものです。正しいマナーを知って、見た目も美しく食事をしましょう。

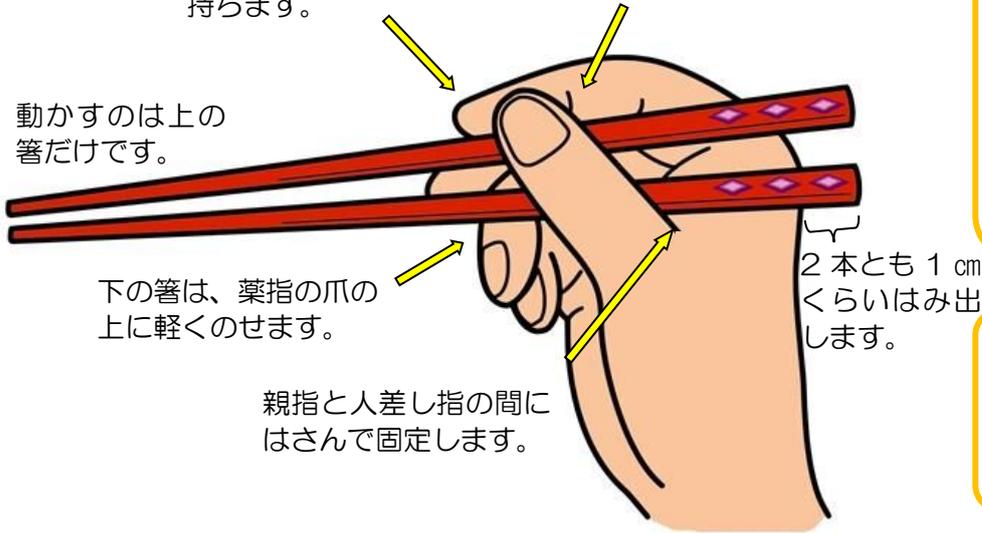
箸は、親指と人差し指と中指の三本で、軽く持ちます。

親指は人差し指の爪の横にあてます。

動かすのは上の箸だけです。

下の箸は、薬指の爪の上に軽くのせます。

親指と人差し指の間にはさんで固定します。



2本とも1cmくらいはみ出します。

#### ◆正しい箸の持ち方◆

- ①上の箸は、親指と人差し指、中指で鉛筆を持つようにします。
- ②持つ位置は、箸の頭が1cmくらい上に出るようにします。
- ③下の箸は、親指のつけ根ではさみ、薬指の爪の横で押さえます。

#### ◆正しい箸の動かし方◆

親指を支点に人差し指と中指を使い、上の箸だけ動かして食べ物をはさみます。

## “電源立地地域対策交付金”で トレイ消毒保管庫1台を整備しました。

「電源立地地域対策交付金」は、国のエネルギー施策のひとつとして、発電用施設の設置や運転がスムーズに行えるよう、公共用施設の整備など地域住民の生活を便利にするための事業や、地域の活性化を目的とした事業に対して交付されます。（下

松市の対象施設は、末武川水力発電所（末武川ダム）です。）

この交付金を活用して、みなさんのトレイを消毒し保管するための保管庫1台を新しく買い替えました。



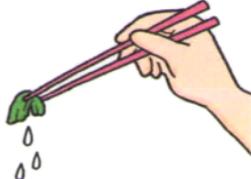
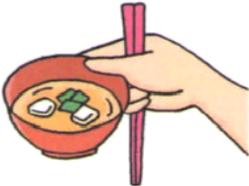
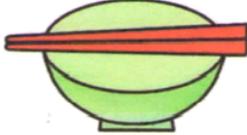


# マナー違反に注意！ 嫌い箸



見た目がよくないことや、縁起が悪かったりするなど、一緒に食事をする人が見ていて不快な気持ちになる箸の使い方を「嫌い箸」と呼びます。

嫌い箸は全部で数十種類ありますが、その中からいくつかの嫌い箸を紹介します。自分が食事中に嫌い箸をしていないか、注意してみましょう。

<p>【刺し箸】 箸で食べ物をつき刺すこと。</p> 	<p>【寄せ箸】 食器をはして寄せること。器や机を傷つけてしまう。</p> 	<p>【涙箸】 箸の先から料理の汁を下に落とすこと。</p> 	<p>【ねぶり箸】 箸をなめること。 【くわえ箸】 箸をくわえること。</p> 
<p>【持ち箸】 箸を持った手で食器を持つこと。</p> 	<p>【探り箸】 器の中の料理を箸でかき回して探ること。</p> 	<p>【渡し箸】 食事中に箸を食器の上に置くこと。 食事が終わったことを意味する。</p> 	<p>【箸渡し】 箸から箸へ食べ物を受け渡すこと。</p> 

## 知っちょる？山口県の郷土料理

### けんちょう（けんちん煮）

けんちょうは山口県全域で食べられている郷土料理です。大根・人参などを豆腐と一緒に炒めて味付けし、汁気がなくなるまで煮詰めます。給食のけんちょうのレシピを紹介します。

【材料（4人分）】

木綿豆腐	1丁	A	サラダ油	小さじ1
油揚げ	2枚		しょうゆ	大さじ1
大根	1/3本		みりん	大さじ1
人参	1/2本		酒	大さじ1
里芋	4個		砂糖	大さじ1
こんにゃく	80g		顆粒だし	小さじ1

【作り方】

- ① 大根と人参はいちょう切り、里芋は皮をむいて食べやすい大きさに切る。豆腐は水切りしておく。
- ② 鍋にサラダ油を熱して、大根・人参・里芋を炒める。油が全体になじんだら、豆腐を手で粗くつぶしながら加え、細く切って油抜きした油揚げ、薄く切って湯通ししたこんにゃくも入れ、炒め合わせる。
- ③ Aを加え、火が通るまで煮る。



毎日の給食写真や献立表・ひとくちメモを下松市のホームページに掲載しています。ご家庭のメニューなどの参考にしてくださいね。

《アクセス方法》 下松市ホームページ→子育て・教育→学校・教育（小学校以上）→教育委員会学校給食課→中学校給食について

