



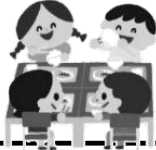
# 給食だより

2022年2月号



『和食』は日本人の伝統的な食文化として、ユネスコ無形文化遺産に登録されています。和食の基本は“一汁三菜”で、“ごはん・汁物・3つのおかず”から成り立っていますが、その食器の扱い方・並べ方には決まりがあるのをご存知でしょうか。今回は、食器について取り上げます。

食器を正しく扱って『並べる』利点は？



～ 見た目が美しい【マナー】～  
周囲の人により印象をあたえ、みんなで気持ちよく食事ができます。

～ 食べやすい【合理的】～  
和食は、おかずとごはんを交互に食べて、口の中でその味わいを調和させます。そのため、食器の並べ方には、持ちやすさや触る頻度が考えられています。

## 持って食べる食器

- 茶碗 ●汁椀
- 丼鉢 ●お重（うな重など）
- 小鉢（あえ物や煮物の小鉢）
- 小皿

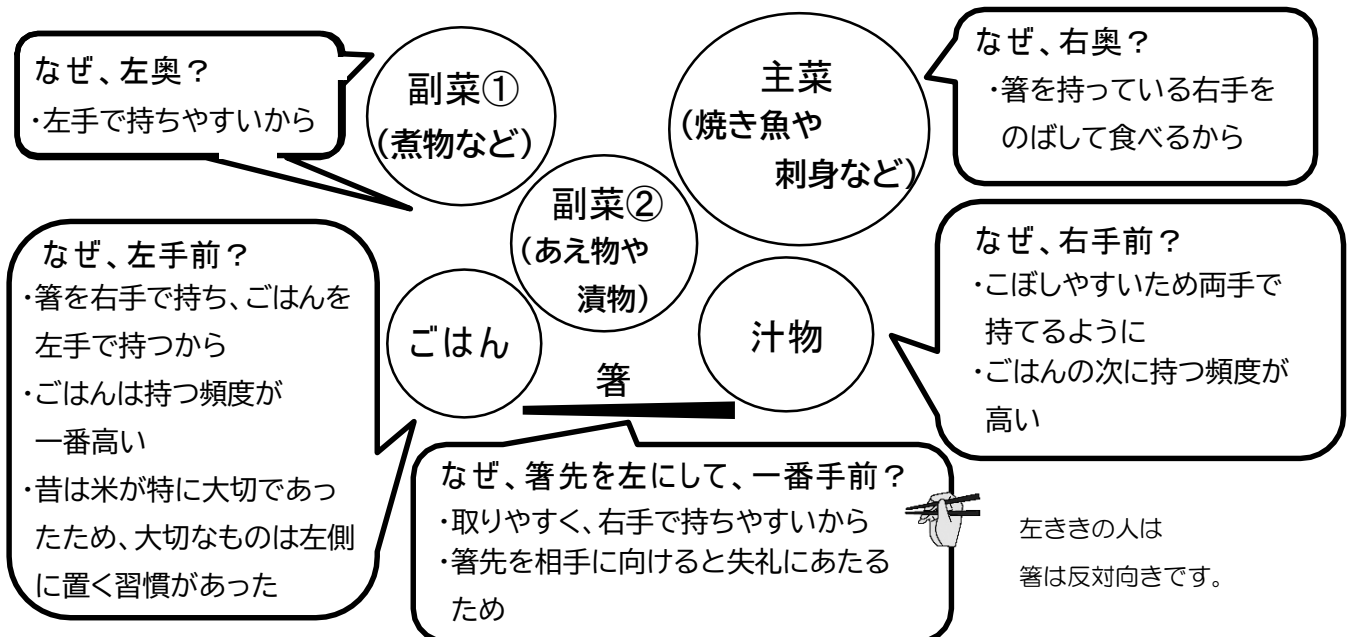


## 持たない食器

- 平皿
- 盛り合わせの皿（刺身や天ぷら）
- 焼き魚や煮魚の皿
- 中皿（中鉢） ●大皿（大鉢）
- 熱い器

実は食器を持って食べる文化は、世界ではめずらしい！

## 『和食器の基本の並べ方』



食事を準備する際に「お皿の並べ方わかるかな？」「お箸の置き方どうだった？」とクイズ形式にして食事のマナーやルールを考える機会にしてみましょう。