

きゅうしよくだより

れいわ ねん がつ
令和7年11月
おおさか し りつきだつみしょうがっこう
大阪市立北 巽 小学校

しよく じ 食 事 の マナー について かんが え よ う

しよく じ 食 事 の マナー とは、みんなが たの しく 食 事 を する ため の もの です。自分 も 一緒 に 食 事 を する 人 も 気 持 ち よ く 食 べ ら れ る よう に、お 互 い に 気 を つ け て 食 べ る よう に しま しょう。

こ の よう な こ と に き を つ け ま し ょ う

せ す じ 背 筋 を の ば し て
た 食 べ る。



ちや しる 茶 わん や 汁 わん を
も た 持 っ て 食 べ る。



くち た 口 に 食 べ も の を
い は な し 入 れ た ま ま 話 を
し な い。



しよく じ 食 事 に ふ さ わ し い
は な し 話 を する。



* しよく じ 食 事 の マナー は、く に ち い き 国 や 地 域 に よ っ て さ ま ざ ま 様 々 です。こ れ ら は に っ ぽ ん 日 本 で の マナー です。

がつ こんだて 11月の献立より

あき しょうかい
～秋のくだものを紹介します～

みかん がつ 11月5日(水) すい 18日(火) にち か



みかんにはビタミンCがたくさん含まれていて、かぜを防ぐはたらきがあります。

りんご がつ 11月11日(火) にち か



りんごは一年中出回っていますが、旬(たくさんとれて、おいしい時期)は10月から1月ごろです。

かき(富有柿) がつ 11月21日(金) にち きん



こくない いちばんせいさんりょう おお かき ひんしゅ ほか ひんしゅ あま
国内で一番生産量が多い柿の品種です。他の品種より甘いので「甘柿の王様」と呼ばれています。

こんげつ しゅん や さい 今月の旬の野菜

★ブロッコリー★

ブロッコリーは、すずしい気候でよく育つ野菜です。
しゅん 旬 は がつ 11月から3月ごろです。



がつ な の か きん 11月7日(金) ブロッコリーのサラダ

★カリフラワー★

カリフラワーは、つぼみの部分を食べる野菜です。
キャベツと同じ種類の野菜で「キャベツの花」という意味があります。



がつ 11月13日(木) にち もく カリフラワーのピクルス