



あっという間に今年最後の月になりましたね...!!

寒さも少しずつ厳しくなり、本格的な冬の訪れを感じられる頃となりました。子どもたちは



子どもたちが大好きな食事の時間。給食室からいい匂いがしてきたり、お昼がちかづいて

くると「今日のご飯は何?」と聞きにくる子どもたちです。みんなご飯の時間を楽しみにして



園ではスプーンを使う前にまず、手づかみ食べから始めています。色々な食べ物に興味を

示し、自分からその食材に触れ、一口パクッと食べてみたり、たくさんの食べ物の食感や味

を知っていきます。

手づかみ食べは、手に取った食べ物を前歯で一口量にかじりとって食べることです。始め

は、口に押し込んだり顔を動かしながらかじりとって食べています。繰り返し一口ずつつま

んで食べているうちに、口の中に入れ込んでいた指をほとんどいれずに、前歯でかじりとれ

るようになります。園ではご飯を俵型にしたり、野菜スティックを出すなど、一口ずつかじ



二歳頃になると、スプーンに興味を持ち始め子どもたちはスプーンを使い食事をしています。自分でやりたい

という気持ちが強く表れる年齢なので、大人が手伝おうとすると「自分でできる」と言い、頑張っている姿

がたくさん見られます。

あおぞら保育園では、スプーンは上握りの持ち方を促しています。最初はスプーンの柄の方をもったり、五本

の指でしっかり握れず上手く使えないこともあります。又は握ることはできるけど上手にすくえなかったり、口

に運んでも横から食べ物がこぼれてしまうことなどもあります。口の真ん中にスプーンをいれ、水平に引くこと

で食べ物もこぼれず、上手に食べることができます。その時肘は上がっていて、すくう時には手首の返しも必要

です。スプーンを持つ練習も、遊びの中にたくさん取り入れ繰り返し行うことで、上手に上握りができるよう

になったり、上手にすくえるようになります。

例えば、手すりを持つときや鉄棒にぶら下がる時は

食べている時には、一緒になってもぐもぐと口を動かすと、嬉しそうな笑顔をみせてくれます。「これはに

じんだよ」「やわらかいね」など言葉もたくさん添えています。リンゴを食べた時には「シャキシャキ音がする」

と言うと子どもたちも音がしていることに気が付き、ゆっくり噛んでみたりと嬉しそうにして大人に音を聞か

せてくれます。苦手な物でも「その食べ物はどんな音がするかな? どんな味かな? 教えて?」と言うと一口二口



今年も残り一カ月となりました。定期、一時保育の利用は年末は12月28日(月)までです。