



10月は幼児組さんの運動会に合わせて「おひさまたいそう」を踊ったり、ハロウィン制作でオバケを作ったりして、季節のイベントを楽しみました◎

気温がグンと下がり、葉が紅葉してきたりとすっかり秋模様になりましたね。秋と言えば、読書、運動…そして食欲の秋！ということで、今月号では食事（スプーン）についてお伝えしたいと思います(^)

スプーンの握り方

なぜ「上握り」なの？

指先の発達には順番があり、最初は手の平全体で物を“握る”段階。ここから徐々に指先で“つまむ”ようになり最終的にお箸の持ち方（3点持ち）へと進んでいきます。そのため、まずは3点持ちの前段階の上握りをし、手のひらで握って食具を使う練習をしています。

スプーンを使うのに肘や肩が関係してくるの？

手で握るものだから、指先が動けばできるように感じますよね。しかし実際にやってみてください！脇を閉めたままや、腕を前後に動かさないままで食べようとするとうどうでしょうか？スプーンを使いたい方向に向けたり動かしたりすることが難しく感じると思います。自然にやっている事ですが、肩で方向調整、肘で距離調整、をしながらスプーンを使っています。なので、遊びの中でも鉄棒へのぶら下がり、手押し相撲など楽しみながら肘肩を動かせるよう働きかけています。肩や肘がうまく動かせるようになることが、食べこぼし無く食べるための一歩になります！

三点持ちへの移行はいつから？

〇歳〇ヶ月になったら変わります！という事はありません。一人一人の成長に合わせて移行をしていきます。移行の目安としては“スプーンと手の間に空間ができてきたら”というのがひとつです。“空間ができてくる”というのは、親指・人差し指・中指で安定して握れるようになってきたという事です◎他にも、スプーンを真っ直ぐ口に入れて引き抜けているか？、手首が動いているか？、肘が十分に上がっているか？等見るポイントがあります。「うちの子はどうなのかしら！？」という方がいらっしゃいましたら、いつでもお声掛けください(^)

お父さんお母さん、お兄ちゃんおねえちゃんの使っている箸を見て興味を示したず時期かもしれませんが、スプーンやお箸の持ち方は将来的に鉛筆の持ち方にも繋がってくるので、まずはしっかりと上握りでスプーンを持ち、子どもの成長発達に合わせ、適切に働きかけをしていきたいと思っています。