



12月の給食たより

親隣館保育園 R7. 野島 未朱



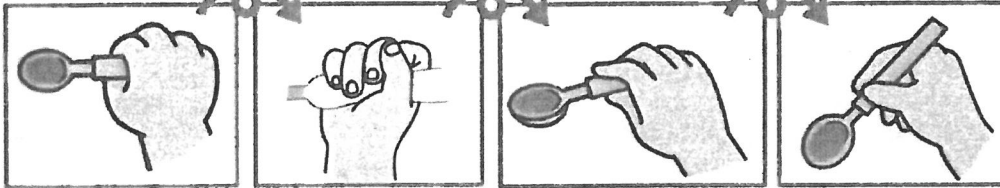
日に日に寒さも厳しくなり、早いもので今年も残り1か月となりました。
年末は忙しみのためにあれこれ手間をかけることも少なくなりがちですが、子どもたちと一緒に大掃除、
お正月やおせち料理の準備をしたりと、昔から残る風習を伝える良い機会です！
十分な睡眠とバランスの良い食事を心がけて、クリスマスや年末年始という楽しい時間を過ごしましょう！

いつから箸を持たせていますか？

Part 2 (Part 1は10月号に掲載)

食具の正しい持ち方

10月号で、「いきなり箸を持たせてよいわけではありません!!」というお話をしました。
あくまで「腰」になります。が、「鉛筆にやり」が日常的にできるようになるまで、
大人も自信を持って「ちゃんと持っています!!」と答えられる人は少ないのでないでしょうか？
子どもの時から癖がとれず大切になってきます！



上におさ
(1歳)

下におさ
(1歳6か月)

指におさ
(2歳)

鉛筆におさ
(3歳)

△あくまで目安です!! 子どもの発達、発育に合わせて進めてください。△

スティックアップ!

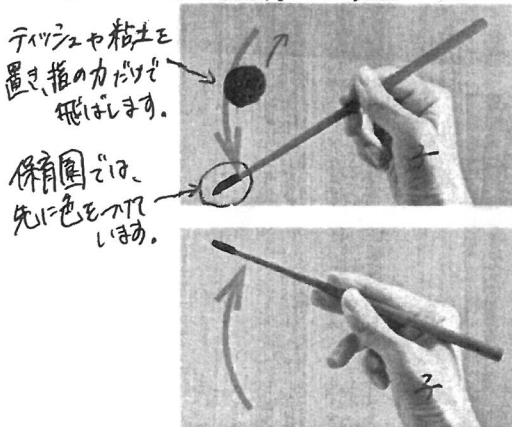
☆上の箸は鉛筆のように持つ。
☆食べ物をつかむときは、
上の箸を動かす

◎ 保育園での練習の仕方 ◎

こちらの2つの動画を
参考にしています!! →



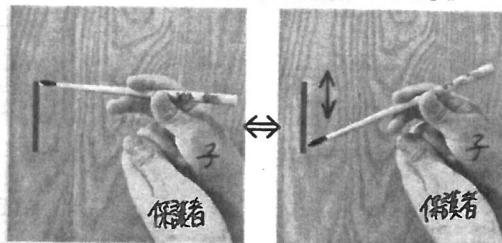
① まずは鉛筆持ちで箸を1本動かす(物を飛ばす)練習



ティッシュや粘土を
置き、指の力で飛ばします。

保育園では、
先に色をつけています。

薬指と小指を軽く握って、
もう片方の手(もしくは親)が支える

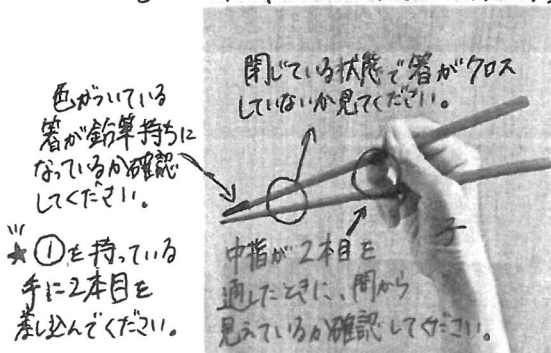


数字の1を書くように、箸を動かす

ポイント!!
実践編
→ 教え方編

保護者がうしろから子どもの
小指と薬指を固定し、子どもが
親指、人差し指、中指の力で
物を飛ばします。
上手にできない場合は、保護者が手を
固定して、箸を1cm置いて
素振りのために指だけ動かしつけてください。

② 箸を2本持て動かす(物を飛ばす)練習

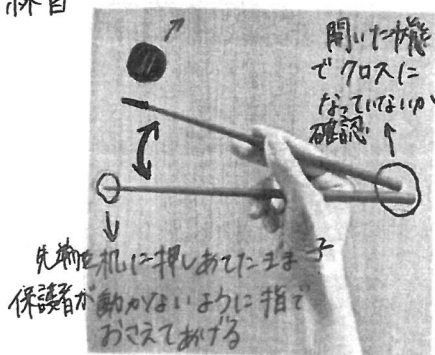


色がついている
箸が鉛筆持ちに
なっているか確認
してください。

★①を持っている
手に2本目を
差し込んでください。

閉じている状態で箸がクロス
していないか見てください。

中指が2本目を
通した時に、間から
見えるか確認してください。



開いた状態でクロスに
なっていないか
確認してください。
先端を机に押しつけて、
保護者が動かさないように指を
おさえてあげる

ポイント!!

箸は上(色つきの箸)を動かします。
そのため、下の箸が動かないように
先端を机につけておき、上から
保護者が指先で固定して
ください。慣れるまでは「動かす」
練習を丁寧に教えてください!!