



令和5年6月発行
西葛西おひさま保育園



本日は、おひさま子育てひろばにご参加頂き、ありがとうございました。今年度は、保育園を抜け出し公園でも開催していく『出張☆おひさま子育てひろば』の計画を立てています。保育園のお友だちと一緒に遊びませんか？その際は、特に予約の必要はありませんので、お友達を誘って気軽に遊びにいらして下さい。ぜひご参加お待ちしております。

6月は「食育月間」

乳幼児期は、歯や口の成長に応じて食べる機能が獲得される時期ですので、しっかりかんでからのみ込む習慣をつけましょう。

発達段階に合わせてかむ力を育てましょう

よくかむことの効果

乳児期前半

この時期に指しゃぶりなどの口遊びをすることで、離乳の準備が始まります。そして、口を閉じてのみ込むこと、舌でつぶしてのみ込むことを少しずつ覚えていきます。

離乳後期

離乳が完了する頃には乳歯の奥歯も生え始め、かみつぶしが出来るようになります。しかしまだかむ力は発達途中なので食べ物の素材や形状には気をつけましょう。

3歳頃

乳歯が生えそろい奥歯ですりつぶせるので、食べ物の選択の幅が広がります。おとなと同じような食事がとれるようになるのでかみごたえのある食べ物でよくかむ習慣を身につけていきましょう。

- ・食べすぎを防ぐ
- ・食べ物を飲み込みやすい状態にする
- ・だ液がたくさん出る
- ・消化・呼吸をよくする
- ・むし歯を予防する



7月 おひさま 子育てひろば

- 7月4日（火）『小麦粘土』
親子で小麦粘土の感触を楽しもう
- 7月25日（火）『水遊び』
思いっきり水で遊ぼう

☆保育園のお友だちと一緒にあそびませんか♪

保育園のお部屋を抜け出して、出張☆おひさま子育てひろばが“公園”に行きます！



ホームページ URL

<http://edogawa-ohisama.or.jp/nishikasai-ohisama/>