



10月 子育て情報誌

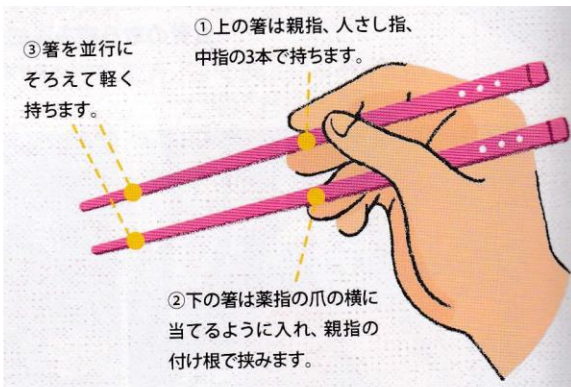


朝夕は徐々に涼しくなり、秋の訪れが感じられるようになってきました。
食欲の秋、スポーツの秋です！
お子さんと一緒に色々な秋を楽しみましょう♪

■■■正しく箸を持ってモリモリ食べよう！■■■

●正しい持ち方を練習しよう●

●自分に合ったサイズの箸を使おう●



力が入ってしまうようなら、クレヨンやペンなどで絵を描く時に、軽く握っても描けることを話し、箸も同じだと伝えると良いでしょう。



箸の長さが、子どもの手の大きさと合っているかを確認しましょう。特に、長すぎて動かしにくい場合は注意。使い始めの時は、木や竹の素材の方が動かしやすく、誤って噛んでも安心です。

【箸の長さの目安】
2歳児…約 13 cm
3～4歳児…約 14.5 cm
5～6歳児…約 16 cm



令和5年9月29日
社会福祉法人えどがわ
宇喜田おひさま保育園

■■■ふれあい体操■■■

●膝のり飛行機●

●膝のりバランス●

子どもが保護者の膝に乗って、保護者が手を繋ぎながら子どもを両足で持ち上げる。その後、保護者の足の裏を子どものおなかに当てて、子どもは前方に倒れ、同じように子どもを持ち上げる。慣れてきたら子どもと目を合わせて「手をびんと伸ばしてごらん」「羽を伸ばして飛行機だよ」と楽しみましょう。



保護者と子どもが向かい合い、両手をつなく。子どもが保護者の膝の上に足を乗せて立ち、保護者は子どもが落ちないように、両手を伸ばしバランスを保つ。慣れてきたら、そのまま保護者がゆっくりとその場で回ったり、少しずつ歩いてみたりしてみましょう！



●腕ごりごり●

うつ伏せに寝た子どもの腕を、保護者が両手でごりごりと押すようにマッサージする。次に、保護者がうつ伏せになり、子どもが保護者の腕を同じようにマッサージする。遊んだ後は、お互いに「ありがとう」の気持ちを込めて、マッサージをしてみましょう！



■■■わらべうた■■■

♪こどもとこどもがけんかして♪



箸のタブーは？

- ・かみ箸…箸を噛むこと
- ・ねぶり箸…箸先をなめること
- ・さし箸…いちもやこんにやくをさして食べる
- ・かき箸…食器のふちに口を当ててかき込んで食べる
- ・押し込み箸…大きな食べ物を口に入れて箸で押し込む

正しい箸の使い方を伝えていきましょう！

割り箸や自分用の箸があるのは、日本だけの習慣と言われています。箸のマナーは先人から祖父母、父母、そして私達へと受け継がれてきた、大切な文化です。次世代にもしっかり伝えていきたいですね。