



10月食育だより



令和5年10月31日

太陽・月組保護者各位

小島保育園

今月は、箸やスプーンの正しい持ち方についてのお話をしました。まず箸の1本持ちから順を追って正しく持つ練習を行いました。練習過程で混乱してしまう子や、「難しい」とあきらめてしまう子も見られましたが、見本を見ながら試行錯誤して頑張っていました。無理なく繰り返し知らせていくことが大切です。理解できた後は、箸を使ってスポンジやビーズ、おはじきなど様々な形状のものを挟んでカップに移す遊びを行いました。段々と難しくなり、苦戦しながらも楽しみながら取り組むことができました。



『正しい箸の持ち方・使い方』

①

正しくえんぴつを持つように、はしを1本持つ。



②

上のはしを「1」の字を書くようにたてに動かす。



③

もう1本のはしを下のはしとして、親指のつけ根と薬指の先ではさむ。



④

上のはしだけを動かすように練習する。



下のはしは動かさない



箸の長さの目安は、親指と人差し指を直角に広げ、2本の指の先と先結んだ長さの1.5倍とされています。自分の手の大きさに合った箸で正しい持ち方を練習してみてください。



※11月20日(月)に食育カードを配布します。28日(火)まで持って来てください。