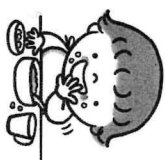




令和7年5月
No.3 伊西市立子ども発達センター

楽しく食べよう！

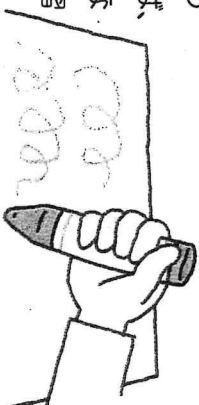


「手づかみ食べ」は、一人で食べるためのはじめの一歩です。この後スプーンを握りながら食べ、もう片方の手でつかんで食べる姿を経て、スプーンを使って食べるようになります。

手づかみで食べられるような、おにぎりやスティック状のパン、野菜スティックは前歯を使ってかじりとる練習にもなります。豪快な手づかみ食べは、食事への意欲の表れです。汚れてしまうことが多いかと思いますが、口までの距離を知る、一口に入る量を知る、大切な経験でもあります。口に入れる量の調整は初めは自分ではできませんので、手を添えて行うことをおススメします。発達段階に合わせて成長を見守っていただきたいと思いますね。

1、スプーンの導入時期

遊びの中で、肘や肩を自分の意思で動かし、物を握ったり、離れたりが自由にできるようになったらスプーン導入の時期です。例えば、クレヨンを上握りしてなぐりがきができるなどです。クレヨンの使用は、スプーンの練習にもなります。



スプーンを持つ前の子どもたちは…

手指の運動機能が十分に発達できるような遊びを行います。十分に発達していないうちに使い始めると、思うように使えず、スプーンを嫌がってしまう場合があります。手指が十分に発達しているかな？子どもの発達段階を見て無理なく始めましょう。

こんなあそびが
オススメです！

