



地域子育て支援センター

# わんぱくだより 9月

あおぞら保育園 わんぱくルーム

## 自分で食べる

「どうして自分で食べようとししないのかしら？」と思ったことはありませんか？  
「一体、何歳になったら自分で食べるようになるのかしら？」

お子さんが産まれてからのことを思い出してみましょう。お乳やミルクを飲みますね。少し大きくなると、おっぱいや哺乳瓶に手を添えるようになるでしょう。手を使っていますね。

もっと大きくなると、おうちの方たちが食卓を囲んでいると「入れて、入れて」というように声を出したり、体を乗り出したりしてくるでしょう。

離乳食が進んでくると、お子さんは、手を伸ばしては来ないでしょうか？

『もっとちょうだい』というように。その時、子どもに何か持って食べられるものを渡してあげると、持って食べるかもしれません。もちろん、落としてしまうこともあるでしょう。「自分で食べようとしたのね、すてきね」とほめてみましょう。だって、おっぱいや哺乳瓶を持っていたお手々が、食べ物を持ち自分で食べようとしているのです。まだまだ、スプーンやフォークを持つ力はついていません。食べたい気持ちでいっぱいなのです。

しっかり自分で座って食べられるようになってきたら、スプーンを用意してもいいかもしれません。フォークは、さして食べられてしまうので、麺類以外の時は、スプーンを使うと良いでしょう。最初からこぼさず食べられるお子さんはいません。こぼさず食べられるようになる練習中です。こぼしても良いように、下にシートや新聞紙を敷いて、「自分で食べてもよい」ようにしてみましょう。

ところで、お子さんと一緒に食卓を囲んでいますか？一緒に食卓を囲むことで、言葉にはしなくても、大好きなおうちの方の様子をよく見ているものです。何事によらず「見て覚えていくこと」も多いものです。大変でしょうけれど、まず、一緒に食卓を囲んでみましょう。おうちの方との食卓から食べ方を知っていくのですから。

あおぞら保育園の給食は、すすすすさんくらいまでは、多めに分けられています。「そうです！自分で食べて、こぼす分も入っているからです」え、そんなもったいない。と思われるでしょう。でも、食べさせてもらっていたら、それまで使ってきた手を、使わなくなる、ということではないでしょうか。



## 9月の予定

月	火	水	木	金
2 保育園で あそぼう	3 みんなであそぼう 公園へ行こう	4 子育て相談日 むくむく	5 みんなであそぼう まてまてあそび であそぼう	6 交流日 茶話会 全サークル対象 子育ての楽しみ  予約なし
9 保育園で あそぼう	10 みんなであそぼう 風船で遊ぼう	11 子育て相談日 すくすく  保健師来訪	12 みんなであそぼう 秋の絵本を読もう	13 母親教室 全サークル対象 保育園の給食メニ ューを見てみよう  予約なし
16 敬老の日	17 みんなであそぼう お月見団子をつくろう	18 子育て相談日 ちびむく	19 みんなであそぼう 手形足型をとろう	20 室内開放
23 振替休日	24 みんなであそぼう 秋の散歩 「なにがあるかな？」	25 交流日 みんなでお弁当 お弁当を持ってき て、わんぱくルーム で食べよう  予約なし	26 みんなであそぼう おやつをつくろう	27 園外活動 全サークル対象 鵜の岬散策 現地集合  予約なし
30 保育園で あそぼう				

☆ 9月は、予約が必要な行事はありません。

☆ 給食体験の予約は、子育て相談日にとりください。

※ 25日（水）の「みんなでお弁当」の日は、お弁当（おにぎりでもいいですね）を持ってきて、みんなで一緒に食べましょう。お味噌汁を用意します。

暑い日は水遊びもできます。着替えやタオルの用意もあるとよいでしょう。

