

乳児クラスの食器をリニューアル

園長 原田健次

年の瀬を迎え気ぜわしい毎日を過ごされているかと存じます。
今月のテーマは、「食育」です。

園の保育方針の一つに「心身ともに健全な子どもを育成する」とあります。こころとからだ
が健全になるための土台作りは「規則正しい生活リズム」の確立です。

生活リズムの悪いサイクルは、自律神経の働きを悪くし、乳幼児期に必要な成長ホルモンの
分泌を乱し、体調不良や精神不安定、さらには体力低下につながります。乳幼児期の生活習
慣は、その時だけでなく、その後の生活にも影響を及ぼすといわれています。

乳幼児期は自立への第一歩です。「自分で寝る」「自分で起きる」「自分で食べる」「自分で排
泄する」等、自分でできることが自立へつながっていきます。この「自分で“できる”」と
いう自信が「生きる力」につながっていくと考えます。

生活リズムの大切さは今までのお便りでお知らせしていますが今回は「食べる意欲を育む」
ための具体的な園での取り組みをご紹介します。

【乳児クラスの食器を替えました】

★汁椀

子どもの手の大きさに合わせたサイズで、くぼみがあることで両手がフィットして持ちや
すく落としにくいものに替えました。

飲み口の横幅が、口のサイズに合わせて狭まった事で、口やお椀から溢れ出にくく、満足感
を得られるようになりました。



★小皿

別皿があることで、一口量ずつ取り分けて詰め込み過ぎないように安全に配慮したり、一口の量を覚えることができます。

また、子どもの目線で何が入っているか見やすい深さで、食材をつまんだりスプーンですくったりしやすいサイズです。

食器のふちに「返し」があることでこぼれにくく、すくいやすくなりました。そのことによって、残り少ないおかずを自分で「あつまれ」ができるようになった子どもが増えました。



★スプーン

子どもの口の大きさにあわしたサイズに替えました。口に合ったサイズで取り込みやすく、詰め込み過ぎを防止することができます。

形状にくぼみが付いているため、三点持ちが意識しやすくなりました。また、フォークにギザギザがついているので、麺類や春雨などもすくいやすくなりました。



このように食事を楽しく、一つでも「できるようになった」ことや、「やってみたい」という気持ちを育むことを大切に、保育をすすめてまいります。

それでは、皆様良いお年をお迎えください。皆様にとって良い年になることを願っております。