

子育て情報 **きたはら**

田無北原保育園
平成26年6月発行

アジサイが咲き、カタツムリにも出会える季節となりました。子ども目線で季節を感じられれば、連日の雨もきっと今より楽しくなるのではないのでしょうか。

さて先月、ご近所の農家の方にご指導いただき園庭に畑を作りました。子ども達がナスやトマト、ピーマンなどの苗を植え、水やりのお世話をはじめ、苗が成長していく様子を観察し、記録してくれています。先日は早速、子ども達がまだ青い小さな“トマトの赤ちゃん”を発見して教えに来てくれました。



田無北原保育園では食育を意識した活動を増やしています。様々な活動を通じて、野菜や魚、肉をおいしくいただく事はもちろんのこと、お口に入るまでの過程を子ども達なりに習得し、「食に感謝する気持ち」や「正しい知識」を身に付けて欲しいと願っています。

毎年6月は国が提唱している「食育月間」です。「朝食をしっかりと食べる」「良く噛む」「食事中のマナーを学ぶ」など、家庭でできる、あるいは家庭でしかできない食育もあるようです。「雨の日は家族で食卓を囲んで団欒を楽しむ」というもの、この時期ならではの、立派な食育の1つでしょうね。

<5月の活動>

《畑づくり》

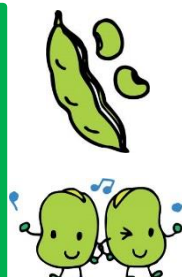


ご近所の農家の方が、子ども達のために畑作りを指導してくださいました。土作りの最中、「それ（肥料）はなあに？」の質問に、「野菜たちのご飯だよ。」ととってもわかりやすい説明をしてくださいました。野菜も自分たちと一緒に、ご飯を食べて大きくなると理解した瞬間でした。



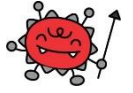
《クッキング保育》

3歳児クラスでグリーンピース、4歳児クラスでそら豆の皮むき、5歳児クラスではピザ風ちくわ作りに挑戦しました。自分たちが食べる食材を自分たちの手で触れることで、いつもの給食がより一層おいしくなりました。





子育てワンポイント!



6月は 歯 の 衛生月間

今月は歯の衛生月間です。最近、「噛めない子」や「噛まない子」が増えています。この機会に1度、お子様の「噛む」動作に注目してみてくださいね。



最近、2～3歳児でも噛まずに飲み込んでしまう子が増えていると言われています。子どもは毎日の食事を通して舌の使い方を覚えます。そして、舌を上手に使いこなすことにより、口のまわりや下あごの筋肉が発達し、きれいな発音ができるようになっていきます。正しい発音の決め手は舌の動きにあると言われていますが、それが上手にできない子は、乳児期の哺乳や離乳食、幼児期の食事等の中で舌を十分に動かしていなかったり、噛む機能が十分に育っていなかったりすることが原因の1つと言われています。



お子さんの「噛む機能」は大丈夫? このような食べ方には要注意!

- ・固いものを嫌がっている
- ・口を開けて食べている
- ・いつまでも口の中に食べ物があって飲み込まない
- ・同じ方ばかりで噛む
- ・口の中の食べ物を飲み物で流し込んでいる
- ・前歯を上手に使えていない

【身近な事での噛む習慣】

例えば熱いものを飲む時に、お口で“フーフー”吹く動作は、唇や頬、舌の共同作業になりますし、“あっかんべー”のように舌を突き出す動作は舌の機能を育ててくれます。また、「風船をふくらます」、「ストローで吸う」、「ブクブクうがい」などの行為は口のまわりを活発に動かしますので周辺の筋肉を育ててくれます。このように、身近な動作で「噛む機能」を高められますのでぜひ意識してみてください。



子育て情報「きたはら」は、子ども達の健康と心豊かな成長の支援を目的に、田無北原保育園が発行している地域情報紙です。ホームページでもご覧いただけます。

田無北原保育園では、地域の方々に行事の開放をしています。
 育児相談、体験、園庭開放も随時行っておりますのでお気軽にお問い合わせください。
 お問い合わせ Tel : 042-467-8080
 URL : <http://kitahara-ns.org/>

 Facebook もご覧ください。



==== 社会福祉法人 大誠会 ====
 田無北原保育園 (私立認可園)
 田無保育園 (公立園運営受託)