



ぽっかぽか りすぐみ 6月



あっという間に春が過ぎ、りすぐみが始まってから3か月目を迎えました。すっかり新しい生活にも慣れ、各々個性が見られるシーンが増えてきています。例えば「嫌」と伝えたいときに、言葉で伝えたり泣く子もいれば、上を向いて知らん顔したり、わかっていながらニヤニヤして逃げたりと、一つの事柄にも反応の違いが出てきて面白いりすぐみ組です。また歩行が安定してきた子ども達から手洗いをを行っています。子ども達も慣れてきたようで、手洗いの歌を口ずさんだり、「ペーパータオルとって」と言い出す子も現れています！気候の変化への対応が難しい時期ですが職員、子ども、保護者共々体調管理に気をつけて過ごしていきましょう！



今回は食事の様子や大切にしていることについて紹介したいと思います。
食べることが大好きなりすぐみの子どもたち。意欲的に食事をする姿が見られます。
子どもたちの集中できる時間を考慮して、食事の時間は15～20分程度を目安に進めています。

〈後期食〉

歯茎でつぶせる柔らかさで粒が小さい、軟飯、とろみがついていて飲み込みやすい食事形態

手づかみ食べを十分にすることで食べ物の感触を手で確めながら覚えていきます。自分で手にとって口まで運ぶので一口量を大人が小皿に取り分けたものやスティック状の野菜を提供しています。自分で食べようとする気持ちを尊重しつつ、介助しながら食べ進めています。

〈完了食〉

歯茎でつぶせる柔らかさで粒が大きい、しっかり噛まないと飲み込めない食事形態

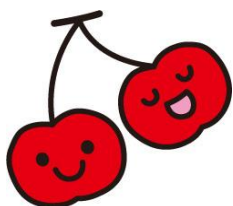
十分に手づかみ食べができるようになったらスプーンを使います。スプーンは子どもの手でも握りやすいようにグリップを付けています。まずは大人が一口量を小皿に取り分けてすくいやすいようにしています。スプーンの使い方に慣れてきたら少しずつ小皿に取り分ける量を増やし、自分で一口量をすくえるように支援しています。

〈移行食・乳児食〉

子どもが食べやすいように切り分けられているが、普段食べているものと同じ食事形態

自分でスプーンを持って意欲的に食べています。スプーンは肩や肘がうまく動かせないと手首だけで口に入れる事になり、上手に入らず食べこぼしが増えます。しっかりと上握りでスプーンを持ち、口の正面からスプーンが入るように肘を支えるなど必要な支援をしています。

スプーンですくいやすい様に左手を大皿の横に添えることや正しい姿勢で食べることなど食事のマナーについても少しずつ伝えています。



〈給食への関わり方について〉

りす組では安全を配慮した声掛けを心掛けています。子ども達がしっかり形態に合った咀嚼を行っているか、一口量は多すぎないか、詰め込んでいないか等食べる時の声掛けの他、テーブルや椅子は食べやすい高さになっているか、背中を寄りかからず背を伸ばして座っているか等姿勢の部分からも窒息の恐れが無いよう配慮を心掛けています。

また最近では1階の給食室の前にその日に出るメニューの食材が展示されることがあります。食事中指を差して反応することもあり「さっき1階で見たね！」「さっき見た時と形が違うね、どんな味がするかな？」と伝えるとニコニコしながら食べてくれます。献立はひと月2周することが多いですが、1周目では食べなかった食材を実際見ることによって食べてくれるようになることもありました！

おうちでも是非、野菜に触れ料理をするとどのように変化するのか見せてあげてくださいね。



～安全に食べる最近ニュースで保育園の給食で窒息する事故が報道されています。あおぞら保育園では食事を安全に行うための取り組みはもちろん、クラスでもひとりひとりの発達に応じた形態の食事を提供しています。口に食べ物を入れ過ぎてしまうと、噛むスペースがなく、そのまま飲み込んで詰まってしまうことも。そのため一口量を自分で調整できるように援助したり、よく噛んで飲み込んでから次の一口を入れるように伝えています。お子さんのために、ご家庭でも安全な食事について話題にさせていただいたり、見直して頂けるとありがたいです。ご家庭での食事のとり方など気になることがありましたら、適宜面談も行っております。お気軽にお声かけ下さい。

