



くれよん

もみじ組

先月は保護者会のご参加ありがとうございました。そして、立候補してくださった役員さん！ありがとうございました。入園から早1ヶ月が過ぎましたね。入園して間もない頃は、保育園の環境に慣れず、泣いている場面が多く見られましたが、今ではすっかり笑顔を見せてくれることが増え、お昼寝の時間も少しずつ長くなってきて保育園になれてきたようです。まず、4月はそれぞれの子の生活のリズムを大切に、安心して過ごせる環境を整えることに努めてきました。

慣らし保育が終わり、保育時間が長くなり、午後食の時間までいることが増えてきました。日々の生活では、安心した環境の中で遊び、食事、睡眠、排泄が成長発達には欠かせないことです。

今月は、食事のことについてお話したいと思います。



離乳食について

ミルク、初期食、中期食、後期食と一人ひとりの段階に合わせて離乳食を食べています。まだミルクだけの子は、時期が来たら初期食が始まります。最初はチュパチュパしながら口に取り込もうとする姿が見られ、少しずつスプーンから食べ物を取り込めるようになっていきます。中期食は歯茎や舌で押しつぶして飲み込む、後期食は前歯で食べ物をかじり取り、奥歯で柔らかい食べ物をすりつぶす、手に持ったものを口に運んだり、コップやお茶碗から直接飲んだりする。後期食からスティック野菜を提供しています。かじり取りの練習になります。このように園では月齢だけでなく個々の食べ方を見ながら、食事を進めています。

また、食べ物の固さだけでなくそれぞれの段階ごとにスプーンや食器の形をかえています。

初期食では・・・唇を閉じて食べやすいように平スプーン。

中期食・後期食では・・・食材が初期食より大きくなるので、くぼみのあるスプーン。

いずれ、椅子に座ってテーブルで食べるようになるので、食べる時は、足を揃えて前を出して大人の膝に座って食べるようにしています。



中期後食



後期食



くぼみのある
スプーン

平スプーン



食事の時に大切にしていることは、食べる時間を楽しく感じられるように「ミルク美味しいね」「トマトは夏のお野菜だよ」など声掛けしながら楽しい雰囲気づくりに努めています。

毎日「おいしい」「たのしい」と感じながら食事してもらえたら嬉しいです。

今後もお家での食事の様子など、お聞かせいただき情報交換しながら離乳食を進めていきたいと思えます。