

かるがも通信

2月号

梅のつぼみがほころびはじめ、春のおとずれを感じる季節となりました。皆様いかがお過ごしでしょうか？穏やかに晴れた風のない日は、春探しのお散歩もよいものです。お子様が発見した春のお話をぜひ聞かせてください！

連絡事項

発育・発達にそった食育活動

食べることは生きる上でとても重要で、心と身体の発達に重要な関係があります。始めは保護者様から援助を受けながら食事をする中で、保護者様との信頼関係を築いていきます。やがて、自分の力で食事をするできるようになり、自主性を育てていきます。そして、家族やお友達と一緒に楽しく食べる経験を積んでいき、豊かな人間性を育てていきます。育ちの目安を参考に、おうちでも食育活動にトライしてみてください。



育ちの目安	食べたいという意欲の形成		食べ方の習得	
	5～8カ月月	1歳～1歳6ヵ月	2歳以降	
	<ul style="list-style-type: none"> ●手でつかみます ●手全体でつかみます 	<ul style="list-style-type: none"> ●盛んに手で食べます ●食具を持ちたがります ●コップで飲みます 	<ul style="list-style-type: none"> ●指先の動きが未成熟です ●スプーンやフォークで上手に食べます ●食器を持って食べます 	
	9～11ヵ月	1歳6ヵ月以降	2歳6ヵ月以降	
	<ul style="list-style-type: none"> ●親指と人差し指でつかみます ●スプーンが持てます 	<ul style="list-style-type: none"> ●スプーンやフォークで食べます ●自分から席に着きます ●一人で食べられます 	<ul style="list-style-type: none"> ●おはしの使い方を覚えていきます ●食事の仕方やルールがわかります 	

のびのび育児(バランス)【2～4歳児】

すべてのスポーツの基本は歩くことです。いろんな場所を歩くことで歩き方のバランスがとれてきます。

子供は初めての体験の時に、恐怖心と戦っていることがあります。怖がっていても、自分から「やってみよう」と決意すると動き出すものです。決意するまではなるべく待ってあげるようにしましょう。



台からジャンプ

足の指先が台のへりをしっかりつかんでいることが大切です。1人で降りることがまだ難しいお子様には両手を持ってあげましょう。



階段を歩こう

最初は段差の小さい階段で練習を重ねます。のぼるより降りの方が難しいかもしれませんが、ゆっくり練習しましょう。