

子育て支援だより

身体や運動能力の発達、言葉の発達、
社会性の発達に伴って多様化

子育て支援クラス・

園庭解放の予約はこちら↓



夏に比べるとずいぶん日が短くなりましたね。気付けば新年度が始まってから、早半年・・・あっという間にもう10月ですね。気持ちの良い秋晴れの下、保育園のお友達も幼稚園のお友達も伸び伸びと身体を動かす事を楽しんでいます。そして今月は待ちに待った運動会に向けて毎日楽しく練習に取り組んでいます。

食欲の秋、読書の秋、スポーツの秋、実りの秋・・・楽しみの多い季節の始まりです。秋ならではの自然や味覚に触れる体験を楽しんで下さいね。

場所:子育て支援室 対象:0～2歳児の親子

1、8、15、22日 読み聞かせ

29日 身体測定・お誕生日会

受付:9:30～天王寺幼稚園 10:30 前後に子育て支援室に移動

食事の偏りと発達

子どもの食事の偏りに頭を悩ませることはありませんか？

「好き嫌い」にも様々な理由があります。

養育者がいなくなっちゃった

1～2歳児の発達特徴

味覚が広がる時期

味覚が形成されていく時期です。色の認識が出来るようになっていくので、緑の食材を嫌がるなどの姿が見られるようになる。

食具を少しずつ使えるようになる時期

味覚が形成されていく時期です。色の認識が出来るようになっていくので、緑の食材を嫌がるなどの姿が見られるようになる。

歯が発達する時期

生後7～8か月頃から前歯が生え始め、奥歯が生え始めるのは1歳4か月頃。2歳6か月頃によく乳歯が生えそろう。

自分の気持ちを表現しつつある時期

色々な認識が出来るようになり、気持ちの表現も豊かになってきています。苦手な食材に対しても、しぐさや言葉で「いや」と自分の気持ちをはっきりと伝えるようになる。

食べられない理由を探ろう！

機能面

- 成長の発達に合っていない
発達に合わせて徐々に進めることを大切にする。同じ食材でも切り方や加熱、調理法の配慮が必要。
- 機能不全がある
口腔機能が十分に発達していない「口腔機能発達不全症」の子どもが増加。食べ物を上手く噛んだり飲み込んだり出来ない、発音が不明瞭になるといった特徴が見られる。

感覚面

- 原始的な反射がある
人間には初めて見る食べ物に対して警戒する「新奇性恐怖」、毒や腐敗物を避ける「触覚防衛反応」は備わっていて、子どもが初めての食べ物や苦味・酸味のある食材を好まないのは自然な反応。甘味や塩味は比較的慣れやすく白米などは安心して食べられることが多い。
- 味覚や触覚の過敏がある
感覚に過敏性のあると食材の舌触りや歯触りを強く感じることもある。

出来ることをやってみよう！

食べられるものから幅を広げる

食材と少しずつ仲良くなれるように①

食材と少しずつ仲良くなれるように②

食べやすい調理に

食べやすくなるような援助を

好みの食べ物や食感を探り、味付けや食感の近いメニューを広げていく

食材に興味を持てるように、見慣れる→食べている姿を見せる→食べている音を聞く

食材に触れられるように、匂いを嗅ぐ→水分量や軟らかさ、食材の繊維を意識、口に付けてみる

肉に片食事前の水分、ひと口量の適量を栗粉、片栗粉でとろみ、絡まりやすい食材選び知る