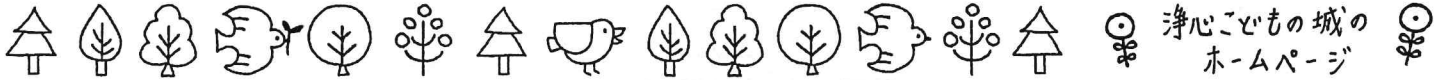




はぐはぐむぎゅ



浄心こどもの城の
ホームページ
<http://joshin.or.jp>

11月の予定

サークル活動 10:00~11:30頃
場所 浄心こどもの城 ひよひよルーム
* ご来園の際は、
はぐはぐむぎゅ〈保存版 No.2〉を
ご確認ください。(浄心こどもの城の
ホームページにも掲載しております。)

* * * * *
* サークル予約 *
* お問い合わせは... *
ひよひよ専用携帯へ ☺
(平日 9:00 ~ 16:00)
080-9111-6296
ひよひよ保育、子育て相談も
受付しています。
(担当: 青地, 猪俣)
* * * * *

11月のサークル予約は、**10/25(月)~** 受付します。
予約制 各定員8組 です。
お一家族、月1回とさせて頂いております。

初めての方も大歓迎です!
お気軽にお問い合わせ下さいね *

☆ 2日(火) はぐはぐDAY (ひよひよルーム開放日! 定員16名、要予約です。)

① 4日(木) } "ねこちゃん探検メガネ"を作って、
② 11日(木) } 林のお散歩にでかけよう♪
* 木の自然物と触れあおう!
お散歩中、放牧されたお馬さん
に出会えるかも♡

③ 18日(木) うんどう会ごっこをしよう♪
(0~1才さん対象)
* 走って跳って、ママと一緒に
"リンリンはらぺこあおむしくん"をGETしよう!

④ 25日(木) うんどう会ごっこをしよう♪
(2~3才さん対象)
* 走って跳って"ディズニーフラッグ"をGETしよう!

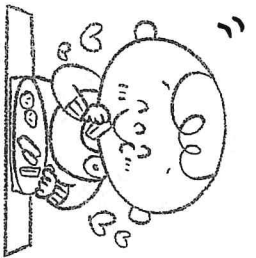
ひよひよ見学

* 初めての方限定 *
* 予約制 *
ひよひよルームでどんなところ
かな? サークルでどんなことを
するのか?
のんびりゆったり、楽な気持ちで
お部屋を見にきて下さいね。
いつでもお問い合わせをお待ち
しています☺

園庭開放

は、
平日 9:00~16:00 です。
* ひよひよルームで受付をして
ご利用下さい。
(予約はいりません。)
NGの日... 5日(金)、15日(月)です。

12月のサークルは、
2日(木)、9日(木)、16日(木)、
23日(木)を予定しています。

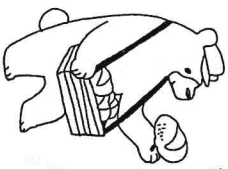


0.1.2 歳児の発達に合わせた食育BI

食べることでおいしいね♡ 食べることで楽しいね♡
おいしいものがいっぱい、おいしいね♡
食欲の秋を、親子が楽しむといいね♡

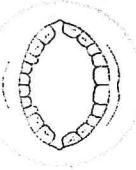
手づかみ食べは大事なスナック

生後9か月ごろから手づかみ食べが始まり、それまでの「食べさせてもらう」という受動的な状態から、自らの意思で食べる能動的な行動へ身体線が変化していきます。
手づかみ食べをすることで、目・手・口の協調動作が円滑になったり、ひと口量が変わるようになり奥歯でかむ力が育成されます。それらの手づかみ食べで得られる経験は、食への興味を深めるとともに、食具を使って食べることにむつまじくなっていきます。
下図の歯の状態の変化も参考に、食具を使う前の手づかみ食べの時期を大切にしましょう。

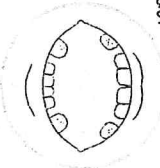


食具を使い始める時期
18か月～5歳まで
幼児食

歯の状態
●第二乳臼歯が生え始める（2歳すぎ）
●奥歯でのかみ合わせが安定して、こすり合わせてつぶす「臼歯」がでけるようになる
→大人の食事に近い食物の摂取が可能になる（3歳ごろ）

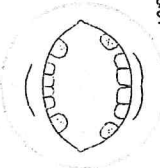


歯の状態
●第一乳臼歯が生え始める（12か月すぎ）
●第一乳臼歯が上下でかみ合うようになる
●第一乳臼歯はかむ面が広いので、かみつぶせやすいため、一食に多く食べにくい食品が多い



手づかみ食べを充分におこなう時期
12～18か月ごろ
離乳乳の完了

調理形態
●歯ぐきでかみつぶせる固さ（スプーンでつぶせるくらい）の固さの「戻り手」



12～18か月ごろの

手づかみ食べに最適なメニュー

チーズトースト
しらす干しと溶けるチーズをのせる。
※大きいまま焼いて切ると作りやすい。



おにぎり
のりを全面に巻くと、かみまじりにくいので、必ずちぎってから貼る。



ふかしイモ
サツマイモを食べやすい形にして、やわらかく煮す。



食具の種類と特徴

食具は、子どもに合った使いやすさのものを選びましょう。
スプーン・皿・器は、それぞれ素材によって特徴が異なります。食育だよりなどを通じて保護者にも紹介すると、家庭での食具選びのヒントになります。

皿・器

- 横がつまみにくく、衛生的
- 落とすと壊れてしまうというデメリットがあるが、割れることに気づき、大切に扱う気持ちが育つ

木製

- 温かみがある
- 温度の高い食べ物を入れても、器が熱くはならない
- 電子レンジに使用できない

プラスチック製・メラミン製

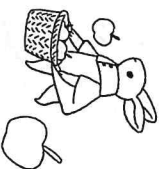
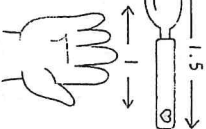
- 軽くて扱いやすい
- 腐つきやすく耐久性が低い
- 底にすべり止めがついたものがおすすすめ

スプーン

- ステンレス製
- 適度な重さがあり、食べ物が入りにくい
- プラスチック製で先が丸い
- 軽くて子どもが持ちやすく、握りにくい
- 食べ物が入りにくい

スプーンの長さの目安

子どもが持ちやすい長さのものを選びましょう。手の幅の1.5倍くらいの長さが目安です。また、柄は握りやすく、すべりにくいものがよいでしょう。

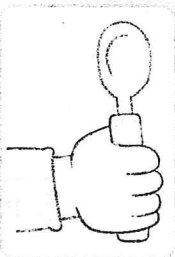


知、ておきたい♪

食具の自立の流れ

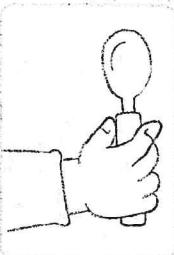
スプーン（手のひら握り）

スプーンの柄を上から、手のひら全体で握る。まだ手が小さく握れないため、腕全体を動かして食べ物をおく運ぶ
●目安：1歳～1歳6か月ごろ



スプーン（指握り）

スプーンの柄を上から、指だけで握って扱う。ひじや手首を回転させて、食べ物をおく運ぶとする
●目安：1歳6か月～2歳ごろ



はいの練習へ

- 目安：スプーンを鉛筆握りで持つて食べられるようになったら

鉛筆を持つて（まる・円）が描ける（描きはじめのところに戻り、閉じることができ）こととが一つの目安となります。

スプーン（鉛筆握り）

親指・人差し指・中指を交えて、鉛筆を持つように、下からスプーンを握る
●目安：2歳～

