



2021年7月8日
富岡保育園
りす No.3

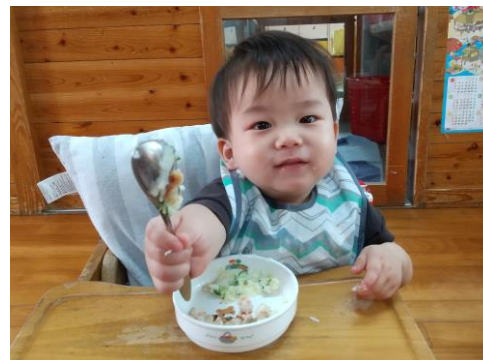
蒸し暑い日が続きます。先日はリス組保育室にも冷房を少しかけました。換気や扇風機、冷房などうまく使ってあまり体を冷やさないように熱中症にも気をつけながら、快適に過ごせるよう配慮していきたいです。暑さにも負けず、リス組の子どもたちも元気いっぱいです。よく遊び、寝て、よく食べてくれます。4月に比べるとどの子もスプーンを使って食べるのが上手になり、月齢の大きな子はほとんど一人で食べますが、食べこぼしも少なくなりました。5月の個人面談の時には、お家での食事の様子に困っていらっしゃるお話もありましたが、あれからどうなりましたでしょうか？
保育園では最後までしっかり座って食べていますよ。



たくさん
食べて
大きくな～れ



おいしい顔が
いっぱいの
給食タイム♡



『食事のルールが何より大事』

○何でも食べる子に育てるポイント

◇食卓に着いているときは絶対お腹が空いているように

そのためには、子どもが勝手に冷蔵庫のなかのジュースなどを飲む自由を与えてはいけません。

冷蔵庫をあける権利は大人だけ。生まれた時からそうしていれば、子どもはすんなりと受け止めます（勝手にあけようとしたら、最初の1回で厳しく戒めてください。**親の都合で叱ったり、叱らなかつたりではダメなのです。特に最初が肝心です。**）

◇食卓に出るおかずやご飯は、子どものお皿やお茶碗に少量盛り付けること。

大きなお皿から家族が好きなかだけ取り分けるというのは、幼児の場合はダメ。親のお皿から分けてやるのも禁物です。自分の分として少量盛り付けたものを、全部食べ切るようにさせます。

そしてきれいに食べたら**「きれいに食べたねえ」とうんとほめてやること。好きなものを全部食べた時でも、同じように誉めてください。**

◇ご飯で遊んだり、わざと下に落としたり、席を離れて遊びだしたら、叱るのではなく「もう食べないの？じゃ、ごちそうさまね」と声をかけて、おしまいになります。その後また寄ってきて「もっと食べる!」と言ったり、パパのところへ行ったら口をアーンしても食べさせてはいけません。**一度「ごちそうさま」をしたらごちそうさまなのです。泣いてもぐずっても、一度「ごちそうさま」を言ったらけじめを守ること。**

◇そんな形で早めに食事を切り上げると、次の食事の時間の前におなかが空いてしまうことがあります。それでもいつもと同じ時間がくるまで、間食をさせないこと。例えば12時にごはん、3時におやつと決まっているのに、2時に「おなか空いた」とさわざだしても「おやつ時間はまだだよ」と取り合わないこと。1歳半ぐらいになると、時計の見方がだいたいわかってきますから「この長い針がここまできたらおやつだよ」と**言ってきかせてください。**

◇何よりも大切なことは、子どもにたくさん食べてもらって、大きくなってほしい、という気持ちを払拭することです。多少食が細くても、何か食べている以上、子どもが飢えて栄養失調になることなど、絶対にありません。子どもの食欲はさまざまですから、上の子は2歳のとき、これだけ食べていたのに、下の子は一向に食が進まない__と心配する必要もありません。1食や2食抜いたって、病気になったり、死んだりはありません。ただし、麦茶やお茶は与えること（ジュース類は禁物）。

田中貴美子「こうすればこどもは「ちゃんと」ききわけ

面談の時おすすめした本の記事を載せてみました。お家ではどうでしょうか？食事の場面に限らず、いろんな場面にも親の姿勢のありかたにかかっていると思います。小さいときはかわいさが先に立って子どものしたいようにさせてしまいがちです。しかし今の時期にけじめをつけないと大きくなってからでは間に合いません。保育園の食事の様子を見ていて気になるのは、遊び食いです。遊ぶ食いになるのは、苦手なものがあるときに多く感じられます。偏食もかわいそうです。おなかを空かせるにはたくさん体を動かすことも大事ですが、睡眠も大きく関係してきます。しっかり寝て、遊んで、好き嫌いなのないなんでも食べる子どもにしていきましょう。

7月からリス組に『ふくもところちゃん』がはいりました。

ひよこ組からの進級です。実は以前からよくリス組に遊びにきていたところちゃん。
ところちゃんがくると昨年までクラスが一緒だったこのちゃんがすぐにそばにきてうれしそうに遊び始めます。しょうたろうくんやこうくんもちいさいお友だちと思うのでしょう。
おもちゃをもってきてくれたり、ところちゃんが歩いていくと後ろから少し中腰になってついていく姿がありました。
女の子がふえて、またたのしくなりそうです。



福本ところちゃん
4月30日生まれです
人見知りするかと思いきや、好奇心旺盛でリス組にくると興味津々にロッカーの中を見たり、触ったりしていました。
この日(写真)はじめて園庭にいて、上機嫌。あちこちと探索が忙しく、時々「ところちゃん」と声をかけるといい笑顔で返してくれます。



「あれ？どこからでてきた？」・・・

こどもたちがよくさわるおもちゃに「チェーン」があります。カチャカチャ音がするのと、長いので持ち上げてみたり、引っ張ってみたりして遊んでいます。
床に落としては手や足で音を立てるのも好きなのですが、どうにもチェーンが散らばってしまうので、巧技台の中に入れてみるとその中でずっと触って遊んで楽しんでいました。
すると巧技台の穴からチェーンが出たりはいたりするのを発見！このちゃんとところちゃんは気になって覗き込みます。その姿がかわいらしくてあわててカメラをもってきて撮りました。



あっちにも
入れてみよう・・・



あれ？ここからでてきたぞ



そうさんくものす♪

♪ひとりのそうさんくものすに かかってあそんでおりました
あんまりゆかいになったので もうひとりおいでとよびました
「〇〇ちゃん、おいで～」

♪ふたりのそうさんくものすに かかってあそんでおりました
あんまりゆかいになったので もうひとりおいでとよびました
「〇〇ちゃん、おいで～」

「ほらほら、ここからでてきた・・・」
立ったり、のぞいたりを何度もして
いてかわいくいつまでもみていら
れました

おねがい

先日、水遊びについてのプリントを配布すると、翌日には水遊び用のパンツを用意して下さりありがとうございます。子どもの体調には十分気をつけて遊んでいきたいと思ひます。

水遊びや、シャワーなど入ってくると、着替えることが多くなります。子どもたちには自分の服は自分でロッカーや、ビニール袋に入れるように教えています。そこで心配なのが洋服やタオルの間違えです。降園のまえには袋の中身も全部だして点検しているのですが、先日タオルの間違えがありました。しかし、名前がしっかり書いてあることで間違えを防いだり、早めに気づくことができます。

皆さんしっかり名前を書いてくださっているのも、本当にありがたいですが消えかかっているものの中にはありますので、もう一度確認をお願いします。こちらも点検していても間違っていることもあり、大変申し訳ないのですが、違うものが入っていたときはすぐにかえしていただくと助かります。

どうぞよろしくお願いいたします。

6月うまれのお誕生会がありました。そこで、お誕生会デビューしました

たくさんのお友だちの前でお部屋で遊んでる「ぞうさんくものす」を披露しました。はずかしがって出てこないかも・・・と思っていたらなんのそのみんな出てきてところちゃんも飛び入り参加してくれました。

