



給食だより

社会福祉法人
虹福祉会
瀬戸こども園
2021年1月19日（火）
土橋・松井

毎月19日は食育の日です。1月は『箸の使い方』についてお話します。

「手づかみ食べ」で手指や口を上手に動かせるようになったら、スプーン・フォークなどの食具を使用していきます。そしてフォークを下から3本指で持つ『鉛筆持ち』ができるようになったら、箸へと移行していきますよ♪食具の使用は個々の発達に合わせる事が大切です！フォークから箸に移行したてはもちろん上手く扱う事は難しいですが、“食事を楽しむ”という事を第一に、ペースを見ながら段階を追って進めていきましょう(*^-^*)

正しい箸の持ち方

持つ場所は、箸先から約3分の2の部分。上の箸は鉛筆持ち、下の箸は中指と薬指の間に入れて固定します。食べ物をつまむときは、中指と人差し指と親指で上の箸を動かし、下の箸は動かさないようにします。箸先を細かく開いたり閉じたり出来ると、色々な大きさの食べ物を上手につまめる様になりますよ♪



☆ポイント①☆
上の箸は
“鉛筆持ち”

☆ポイント②☆
下の箸は
“動かさない”

箸の使用にあたり、使い方のマナーも一緒に伝えていきたいですね(*^▽^*)こども園では、正しい使用方法が子どもに習慣付くよう、食事の際に声掛けを行っていますよ☆

◇こんな使い方には気を付けよう◇

刺し箸	食べ物を箸先で突刺して食べる。
箸渡し	箸と箸で料理を渡し合う。
涙箸	箸から汁を垂らす。
舐り箸	箸先についたものを舐めとる。