



9月 ちゅうりっぷだより



2024. 9. 1

夏の間感触あそびや、どろんこあそびなどを経験した子どもたち。経験を重ねるにつれ、あそび方が活発、大胆になっていきました。絵の具を塗り広げ、手足に絵の具を塗ったり、泡あそびでは、自分で混ぜて遊んだりと楽しいと感じてくれる姿がありました。この夏に経験したことが、またひとつの成長に繋がってくれたらと思います。

まだまだ気温が高く、暑い日も続きますが秋に近づいてきていますね。秋にはおいしい食材が多く、食事の際においしい味覚に出会ってほしいと感じています。噛むことに疲れたり、固形物が苦手なお友だちも多いですが、離乳食や給食の中で出会う食材や、「もぐもぐ・かみかみ」と口を動かして食べることを伝えながら、食事の時間を楽しみにしたいです。お家でも離乳食を進めていただきながら、秋の味覚に触れてみてください。



夏の間遊んだ感触あそび。絵の具を中心に様々な感触に触れました。どろんこ、春雨、片栗粉、粘土、泡、絵の具…と楽しみました。指先でツンツンしていた子どもたちも、次第に手の平で搦んだり、両手で持ち上げ引っ張り合って遊んだり、一人あそびの中にお友だちと一緒にやってみようという姿も見られました。心も体も夏の間にもまた一つ大きく成長した子どもたちです。



シールはりをしたよ

選択自由あそびの中で、シール貼りを提示しました。大きい月齢のお友だちは春から少しずつ経験を重ねてきました。台紙から剥がす時に指にひっついて「なんで？」と不思議そうな表情だったお友だちも、剥がしてペタッと貼る動作、剥がれないようにギュッと手の平で押すことなどを伝えてきました。経験を重ねるうちに、たくさんのシールを貼りたいよ！とお皿に用意したシールもすぐなくなってしまいう程、好きなあそびの一つになりました。小さい月齢のお友だちも一人ずつ提示しシールに出会い、自分のマークシールをペタペタと貼って楽しんでいます。親子であそぼうの日にも、保護者の方とシール貼りを楽しみたいと思っています。子どもたちの作品は壁に貼りますので、見てあげてください。



ゆったりすごそう

一番小さい月齢のお友だちは、お部屋の中で過ごす中でメリーや天井に吊り下げた作品が揺れる動きをじーっと見ています。揺れたり動くものへの関心も出てきて手足を動かして運動をしています。最近は手におもちゃを持てるようになってきて、口へ持っていくこともできるようになってきました。そして表情も豊かになってきて、お友だちや保育者が傍へ寄るとニコッと笑い喜んで声を出すようになってきましたよ。



絵本の紹介 「おさかなちゃんの じょうずじょうず」

小さなおさかなちゃんが探索に出かけ、お友だちのじょうずなことを見つけにでかけます。ちゅうりっぷのお友だちも絵本に出てくる内容を真似っこしてトンネルをくぐったり、片足をあげてみたり真似っこ遊びをたのしんでいます。



うらへ

朝ごはんをしっかりとたべよう

朝起きてバタバタする平日は朝ごはんを食べるにも時間がなかったり、少量をお腹に入れて登園するお友だちも多くおられます。

子どもたちの中には、午前中にお腹が空いてなかなか活動に集中できずいたり、お腹が空いて涙する時があります。保護者の方の身支度や園の準備などで時間が限られていると思いますが、朝ごはんをしっかりと食べる習慣を身に付けていきましょう。

なぜ朝ごはんを食べないといけないのか？

朝ごはんは、脳と体を目覚めさせてくれます。子どもたちが午前中から体を動かして元気に過ごすためにも、朝から脳を活発に働かせるためにも、1日の生活リズムを整えるためにも朝ごはんは必要になります。

朝ごはんを食べないと午前中は頭も体もボーっとしたままで、昼ごはんを食べた後になってようやく活動的になり、夜はいつまでも眠れない…朝が起きられない…と悪循環に陥ってしまいます。

お米やパン、野菜、フルーツなどお腹にたまってエネルギーになるものを、朝ごはん食べるようにしていただきたいと思います。

また、オートミールやグラノーラなどの流行りもありますが、噛む力を育てたり、自分で食べることを0歳児の間に育ててほしいと思っていますので、自分で持って食べられる物や、かみかみできる食材をおすすめします。



離乳食の段階について

赤ちゃんフロアーのお友だちもみんな1歳を迎える月齢になって食べられる食材も増えてきました。離乳食の形状の中で後期の形状に苦戦する姿が見られます。1cmほどの大きさの固形物に詰まったり、噛む動作が苦手な様子が見られます。おうちでの食事メニューを見ていると、柔らかくふやかしていたり、噛まなくても良い食材を見かけます。噛む力をつけるためにも固形物の離乳食を食べていきましょう。例えば、食パンのスティック、野菜スティックなどを取り入れていただき、自分で持って、歯茎、歯でかみかみする練習をしてください。

離乳食・初期／5～6ヶ月ごろ

離乳食を飲み込むことに慣れる **ごっくん期**



離乳食・中期／7～8ヶ月ごろ

舌で食べ物をつぶして食べられるようになる **もぐもぐ期**



離乳食・後期／9～11ヶ月ごろ

歯ぐきでつぶして食べられるようになる **かみかみ期**



離乳食・完了期／1歳～1歳6ヶ月ごろ

手づかみ食べにより自分で食べるのが楽しくなる **ばくばく期**

