



# こひつじ通信



医療法人あおぞら会ふじもとクリニック  
2020年秋号 病児保育室こひつじ



「食事」 感じる力、考える力を育てる

—食は子どもが育っていくうえで最も重要な環境—

五感をすべて同時に感じる事ができる活動が食です。子どもたちは食から多くの五感情報（視覚・聴覚・嗅覚・触覚・味覚、つまり色や形、音、匂い、触感や温度、味の情報）を脳へ取り入れています。さらに、食べ物そのものの味や匂いの情報だけでなく、「おとなの働きかけ」「食卓の雰囲気」「栽培や収穫の体験」「生産の場の見学」「お買い物やお手伝い」「料理作りのお手伝い」などの食のプロセスに関わる体験をすることによっても、さらに多様な五感情報が脳に送り込まれます。そのことで子どもの感じる力、考える力を育てていきます。



食が子どもの育ちのうえでの役割を果たすなかで最も大切なことは、楽しく食べることです。楽しく食べることを繰り返すことで、子どもは食の時間が大好きになっていきます。「保育所における食育に関する指針」では楽しく食べるために5つの具体的な子ども像を示しています。

- ①お腹がすくリズムが持てる子ども
  - ②食べたいもの、好きなものが増える子ども
  - ③一緒に食べたい人がいる子ども
  - ④食事作り・準備に関わる子ども
- 〔上手に噛むことができる 食事マナーが身についている : 著者追記〕  
これらの姿に近づけることで楽しく食べる子どもになっていきます。

2020年8月発行チャイルドヘルス

## 赤ちゃんが初めて話すことばランキング

NTTコミュニケーション科学基礎研究所調査

- 1位 「まんま」
- 2位 「おっぱい」
- 3位 「いないいないばあ」
- 4位 「ママ」
- 5位 「はい」

1位と2位を占めているのが食べものとなっており、親子のコミュニケーションの始まりは食を介して行われている場合が多いです

つくって遊ぼう! カスタネット ♡ 材料

- ・牛乳パック (19cm x 7cm)
- ・テープ X
- ・輪ゴム
- ・ペットボトルのキャップ 2個

- ① 牛乳パックを半分に折る。
- ② ①にハンチで穴をあける
- ③ ②をひるげキャップをテープで貼りつける。
- ④ ③を半分に折り輪ゴムを穴に通して結び完成。輪ゴムに中指を通して!

えほん 『おいもをどうぞ』 作 紫野 辰三 絵 もとよこ 出版 社 ひかりのくに

くまさんが畑で作ったお芋。一人で食べてはもったいないお隣のづたさんにも分けてあげよう。そしてづたさんも... たくさんの動物がお芋をおすそ分けしていきまふ。そして最後にもらった動物は? ほんちがあたたかい一冊です。

『ぐるぐるちゃん』 文・絵 長江 青 出版 社 福音館書店

リスのぐるぐるちゃんが、お母さんと一緒にどんぐりを探しに森へ出かけました。2匹のほっぺはどんぐりでいっぱい。『おいしいね。まだまだどんぐり落ちてくるよ。』さてリスの親子はどうやってお家まで運んだのかな? 天気がいい楽しい絵本です。

❖こひつじクリスマス会をリモート開催する予定です。詳しくは12月に入り次第ホームページでお知らせします。

手洗い・マスクの着用で感染予防して元気に過ごしてくださいね!!

利用案内 \*\*\*新型コロナウイルス感染予防対策として個室でお預かり対象: 東大阪市在住の保育園・幼稚園・小学校に通う園児・児童

基本保育時間: 8:30~17:30 (月~金) 延長保育時間 7:30~ 18:30~ (別途料金)

予約受付: 平日 17:30 ~ 日・祝 17:00~ TEL&FAX 06-6730-5828

詳しくはホームページをご覧ください。

見学日—毎月第2土曜日 (8月を除く) 10:00~12:00

9/12 10/10 11/14 予約は不要です。4階こひつじへお越しください。