



ひよこぐみだより 5月

爽やかな風が吹き、過ごしやすい季節になってきました。園庭では子どもたちの元気な声が聞こえています。園生活の中で日々見せてくれる笑顔も増えてきてうれしく思っています。これから気温が上がり汗をかく時期になってきますので、こまめに水分補給をしたり、着替えをしたりして快適に過ごせるようにしたいと思います。



かぜとあそんだよ！

北園庭でフラフープにたくさんのタフロープをつけ、雲梯にぶら下げて遊びました。風が吹き、タフループが動くとき少し警戒して、遠くからその様子を見つめている子もいましたが、時間が経つとタフロープに触ろうと手を伸ばしている姿がありました。

別の日、タフロープを短い棒に括り付けてみました。風が吹いてひらひらと舞うタフロープに気が付くと、子ども達は目を丸くして、保育者に教えてくれました。保育者がタフロープを手にもって走っているのを見ると、子ども達も「自分もやりたい」と走ってタフロープがなびくのを楽しんでいました。

また別の日には風車でも遊んでみました。持っているときに風が吹いて風車がくるくると回ると笑顔になっていました。持っているだけでなく走ってみると、勢いよく走るたびにくるくる回る風車を見て「わあ～、くるくる～」と喜んでいました。これからも子ども達のいろいろな発見に共感し、楽しい経験を積み重ねていきたいと思います。



“かむ” といいことたくさん！

よく噛んでいるか、子どもの様子をよく観察してみましょう。観察したいポイントは以下の3つです。

- (1) 食事の時は口を閉じてもぐもぐしていますか？
- (2) ほっぺが動いていますか？
- (3) 食べ物を奥歯で噛んでいますか？



よく噛んで食べるためには

- 自然と噛む回数が増えるような食材（にんじん、りんご、さつまいも）などを選び、少し大きめに切ったり、歯ごたえのある硬さに調理してみましょう。
- 大人が「カミカミ、モグモグ」と噛んでいる見本を見せたり、子どもに「よく噛んでおいしく食べようね」「カリカリ音がするね」と話しかけながら噛むことに意識が向くようにしましょう。

乳幼児期にしっかり噛む習慣が身につくと・・・

顎の発達を促します。顎が発達すると、歯もきちんとはえてきます。
→ 噛むほどにおいしさを感じ、素材の味を味わう習慣が、味覚の発達を促します。

発音がよくなり、表情が豊かになります。

唾液の分泌が増え、虫歯の予防になります。