



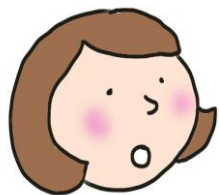
神原保育園 子育て支援センター TEL 0836-21-6484

2021年 特別号⑬

子育て支援センターに寄せられるご相談の一部をご紹介します。



Q. 春から幼稚園入園の予定です。
お箸が上手く使えません。
どうしたらいいでしょうか？



電話・メールでも
ご相談お受けして
います。



A. ご相談、ありがとうございます！

お箸って、難しいですね。上手にお箸を使って食事することができるようになるまでには、いくつかの段階があるんですよ。

まずはスプーンやフォークを使うときの指使いを見てみて下さい。手首を返して、親指・人差し指・中指で、鉛筆を持つように持っていますか？

もし、上からぎゅっと握って持っているようなら、手首を返して下から持つ練習をしましょう。下から持っているけど、やはり握り持ちの時は、鉛筆持ちの練習をしましょう。

手首を返して、鉛筆持ちはできているけど、上手くつまめないということもありますよね。そんな時は、遊びながらだんだん上手になる工夫をしましょう。

保育園では、四角くカットしたスポンジを使って、つまむ・つまんだまま運ぶ・離すといった、一連の動きを、遊びの中で練習します。お椀にスポンジを入れて、もう片方のお椀に移すゲームです。

食事中にお箸の持ち方を指摘されると食欲がそがれますので、食事中は持ち方が気なっても指摘せず、遊びの時間に練習します。

スプーンの持ち方も、同じような遊びが有効です。スプーンは、四角いものより丸いものの方がすくいやすいです。

お箸遊びはのどや目をつくると危険ですので、大人と一緒にするようにしてください。

初めから美しく持てなくてもいいと思います。「上手になったね」と、やさしく見守り、声をかけるようにしてくださいね。

なによりもまず、大人が良いお手本となるようにしましょう。