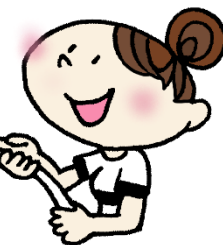


ごはんちょうだい

令和2年7月1日発行

7月号



休園期間中にお誕生日を迎えたみんなのリクエストは、聞き取り次第献立に組み入れています。その為、7月も献立が変更になる場合がございます。ご理解の程お願いいたします。

7月は食べて身体の内側から熱中症対策。夏野菜を多く取り入れています！

年長がはしを使う姿に憧れを抱いてきた二階のみんな。6月にはいり、はしを使うきっかけがあり、期待がぐんと高まりました。そのため、ひばりは月の後半から食事の後の時間を中心に、はし・スプーンの練習ができる場所を用意しています。



スポンジ、消しゴム、豆と、だんだんとすくいきくつまみにくくなるものに挑戦しています。



やってみて出来なかったらどうしよう。という不安。やらなければできるようにならない不安。

不安はあるけれど使えるようになりたいと願う気持ち、のりこえていきたい期待感を支え、自分の力を信じてつかえるようになってほしいと思います。



あそびの中で

はしを使えるようになる力は、遊びの中で楽しくとりいれていきましょう。

開始の目安

- スプーンの三点持ち（えんぴつ持ち）ができる。
- しっかりとした筆圧で絵が描ける。
- 手でピースサインをつくれる。

は

し

いつから使えばいいの？

開始の目安に記した3点の中でも、スプーンの3点持ちがしっかりとできるようになると、はしを使う力が付いてきています。

年齢ではなく、手先の力をみて時期を考えていけると良いと思います。

• はじめての“はし”はどんなものがいいの？

やまびこでは普通のはしを勧めています。補助のついた“はし”は、ストレスなく使うことが出来るメリットがありますが、指先の力が十分でなくても使えてしまうため、かえって普通のはしに持ちかえることが難しくなってしまう、自信を無くしてしまうことがあります。

Q&Aコーナー

7月 予定給与栄養量 (1人分 昼食とおやつ合計)

	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	食塩相当量 (g)
3歳以上児	478	19.9	12.1	72.3	1.6
3歳未満児	382	15.9	9.7	57.8	1.3