



給食便り
いただきます！

長いお休みも終わり普段のペースに戻ってきた頃でしょうか？
再度生活習慣を見直し体調を整え、梅雨の時期に備えた元気な体を作りましょう。

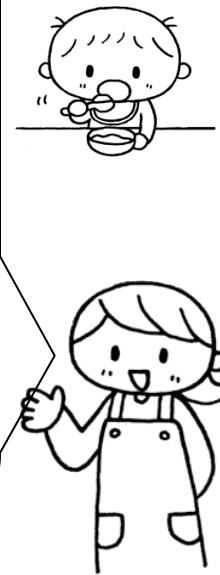


4月と5月の行事

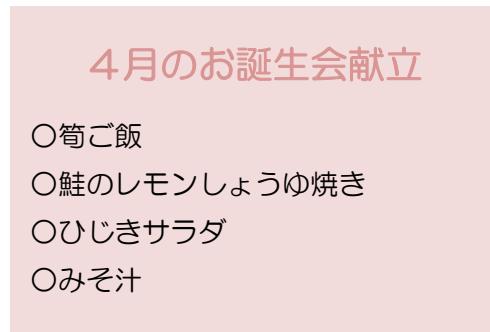
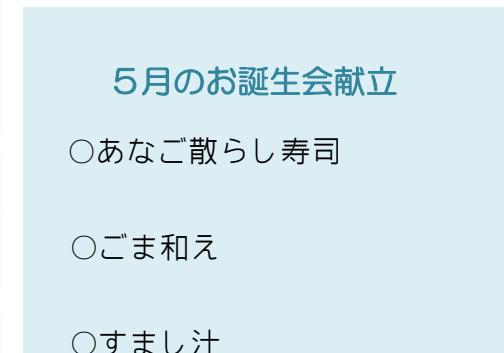


「食べる機能」を育てるコツ

- ☆あせることなく、ゆっくりすすめる
- ☆食具の使用は急がない
- ☆子どもにとって食べやすい形態に調理する
- ☆生活リズムを整える
- ☆歯の健康を保つ
- ☆自分で出来た！を大切にする
- ☆周囲の大人が食事を楽しんでいる姿を見せる



食べる機能が未発達な子どもに、食事を食べさせることはとても大変なことです。機能の発達には個人差があり、遅く感じたり、停滞しているように見えることもあります。心配は尽きません。**食べる機能**は繰り返される食体験の中で育つもの。毎日の食事を「練習の機会」と捉えておおらかな気持ちでサポートしましょう。



| 1～2歳 | 食べる機能との関連 | | | | | | | | | | 3～6歳 |
|-------------------|-----------|------------|------------|-----------|-----------|---------------|---------------|------------|------------|-----------------|-------------------------|
| | 理由 | 噛む力が弱い | かじり取るのが苦手 | 手づかみ食べが苦手 | 手づかみ食べが苦手 | 舌の集める力や頬の力が弱い | 舌の集める力や頬の力が弱い | 一口量が覚えられない | 一口量が覚えられない | 前歯部交換期で口唇の閉鎖が困難 | |
| 飲み込めない | | ○○○○○○○○○○ | | | | | | | | | 飲み込めない |
| うまく噛めない チュチュ食べ | | ○○○○○○○○○○ | | | | | | | | | 飲み込んだ後、噛んだものが歯と唇・頬の間に残る |
| 遊び食べ | | ○○○○○○○○○○ | | | | | | | | | 遊び食べ |
| 丸飲み | | ○○○○○○○○○○ | | | | | | | | | 丸飲み |
| 犬食い (姿勢が悪い) | | | ○○○○○○○○○○ | | | | | | | | 姿勢が悪い |
| こぼす | | ○○○○○○○○○○ | | | | | | | | | 小食 |
| | | ○○○○○○○○○○ | | | | | | | | | 偏食 |
| | | ○○○○○○○○○○ | | | | | | | | | 食べるのが遅い |
| | | ○○○○○○○○○○ | | | | | | | | | 食欲がない |

参考 「乳幼児の食べる力の発達チャート」（東京都保健所）