

寒かった冬がようやく過ぎ、春はもうそこまでやってきています。1年間の思い出を胸に新しい環境へと羽ばたく季節です。園の食事を通して、初めは苦手だったものも少しずつ食べられるように成長したのではないのでしょうか？"食べられる自信"を持って1つずつ進級し、新しい環境でも頑張れますように。もうすぐやってくる進学・進級の季節を元気に迎えてください。



お箸の使い方

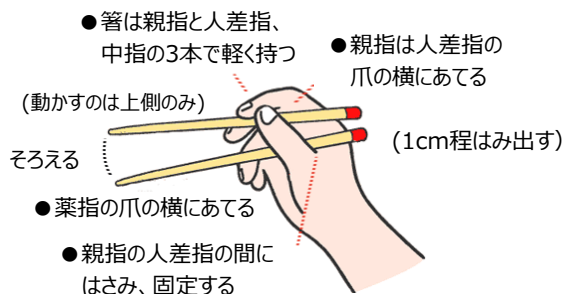
★ お箸はいつから？

手指の動きが十分に発達していない時期に持ち始めると、間違った持ち方になってしまい、それが直りにくくなることもあります。まずは、手指の発達をチェック！「早く与える」＝「早く覚える」とは限りません。遊びを通じた準備段階を大切にしましょう。

お箸スタートチェック

- スプーン・フォークは、上からつかむのではなく、鉛筆と同じ持ち方で持つことができますか？
- 小さなものを、親指と人差し指でつまんで遊ぶことができますか？
- 泥団子作り、はさみなど、手先だけでなく手首を使う動作を伴う遊びをできていますか？

お箸の正しい持ち方



★ おもちゃあそびでお箸の練習

お箸を使うためには、手指が発達しているかどうか大切なポイントです。おもちゃなどの遊びを通じて、お箸を使うために必要な手指の能力を鍛えましょう。

鉛筆を持ってお絵描き

お箸を持つ前に、まずは鉛筆を正しく持てるように教えてあげましょう。字や絵が描ける必要はないので、線や円で好きなものを書くだけでも練習になります。クレヨンより細いので、初めは難しいかもしれませんが、遊びの中で少しずつ上手になっていきます。

ハサミを使った工作

ハサミで紙を切るのもお箸の練習につながります。利き手でハサミを、反対の手で紙を持ち、連続して切れるようになると両手を使った作業が出来るようになります。安全に気をつけて、幼児用のものを選び、ハサミを使うときは目を離さないようにしましょう。

粘土あそび

指先を使って粘土をちぎったり、丸めたり、つぶしたりして遊びましょう。形を作ることはまだ難しいため、粘土の感触を楽しむだけでも十分です。

折り紙あそび

紙を折ってさまざまな形を作っていく折り紙は手先の器用さや思考力、集中力を養う効果があります。折り紙には、難易度があるため、お子さんの成長に合わせてさまざまな形に挑戦してみると良いでしょう。

宮崎ひがし幼稚園 献立表

	月	火	水	木	金
日にち 行事	3/15~3/21 【ハーモニーウィーク】		【1年間の食事を振り返ってみよう!】 できていたら、○をつけてみましょう。 () 食事の前の手洗いをきちんとできた。 () 好き嫌いをなく、全部食べられた。 () お椀や皿、はしを正しい位置に並べて食べる事ができた。 () 皿を重ね、はしやスプーンの向きをそろえて、後片づけができた。		
昼食	オーストラリアの多様性を尊重する1週間です。文化や国が違って他国の文化を尊重し、様々な文化をより深く知ります。今回はオーストラリア料理を提供します。				
日にち 行事	3日	4日	5日	6日	7日
昼食	ちらし寿司 鶏肉の照り焼き 菜の花マヨ和え すまし汁 ひな祭り桃ゼリー 牛乳	麦ごはん 柳川風煮 小松菜のおかか和え 春キャベツのスープ 牛乳	さつま芋ごはん 白身魚のサクサク揚げ ひじきのさっぱり和え 豆腐の味噌汁 牛乳	豆腐ブレッド ビーフシチュー プロックリーサラダ オレンジ 牛乳	焼きそば ほうれん草のサラダ きのこの味噌汁 パナナ 牛乳
日にち 行事	10日	11日	12日	13日	14日
昼食	キーマカレー 切干大根サラダ りんごゼリーミックス 牛乳	★お弁当の日★ 	★お別れ会★ ウイナーピラフ 鶏肉の唐揚げ スマイルポテト 春キャベツの和え物 玉子スープ お祝いクレープ 牛乳	ごはん ふりかけ さばの塩焼き 高野豆腐煮 具だくさん味噌汁 牛乳	★午前保育★
日にち 行事	17日	18日	19日	20日	21日
昼食	ごはん 白身魚のおろし煮 さやえんどうの春色炒め★ 若竹汁 牛乳	麦ごはん チキン・パルミジャーノ マカロニサラダ スープ 牛乳	中華丼 竹輪の甘辛炒め 南瓜の味噌汁 パイン 牛乳	春分の日 	★修了式★
日にち 行事					
昼食					

※材料仕入れ等の都合によりメニューを変更する場合がございます。