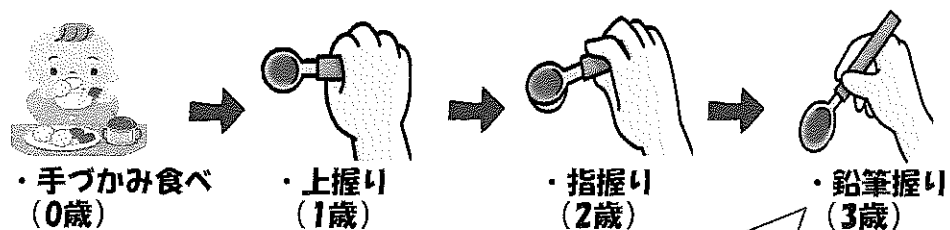


4月 5月 給食だより

食具の正しい持ち方・使い方

新年度を迎え、クラスが変わり給食の時に使用する食具も変わってきます。今回はそれぞれの年齢に応じた食具の持ち方や使い方の一例を示してみました。ぜひ子どもたちの成長に合った食具を用意してあげてください♪

0～3歳児(手づかみ～スプーン・フォーク)



スプーン・フォーク正しい持ち方
 ①手を右のイラストの形にする。
 ②スプーン等を正しい位置に置いてあげ、親指と人差し指で支える形を伝える。

☆スプーン・フォーク等は子どもたちに合った大きさ・深さ・柄の長さのものを選びましょう。柄が複雑な形をしているものは持ちにくいのでなるべく避けてください。

《スプーン・フォークサイズ目安》

- ・全体の長さ 13.0cmくらい
- ・先端 幅2.5cmくらい×長さ3.0cmくらい×深さ0.5cmくらい

ご入園・ご進級おめでとございます!!

みなさん、ご入園・ご進級おめでとうございます。3才・4才・5才児クラスになったお友達には給食の主食を持ってきてもらっていますが、一人ひとり食べる量が違うのでそれぞれ食べきれぬ量を持ってきてください(*・v・*)♪

ごはんを持ってくる時は、味付きのごはんやふりかけなどはせずにおかずとごはんを一緒に食べられるよう白いごはんを持ってくるようにしてください。パンを持ってくる場合は、菓子パン・調理パン等ではなく食パンやテーブルロールパン等を持ってきてください。

※土曜日や誕生会(毎月👑のマークの日)には全クラスに主食が提供されます。
 ※その他行事などで主食を持ってこなくて良い日は献立表に記載しますので確認をよろしくお願ひします。
 ※わからない事などがあれば、いつでも気軽にお声掛けください(*^^*)

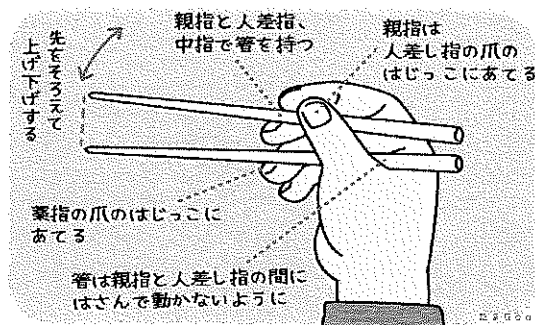


スプーン・フォークで上手に食べられるようになったら、お箸へ **STEP UP!**

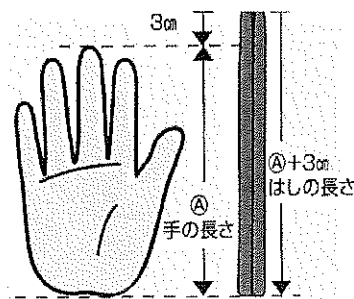
3歳児(お箸)

スプーン・フォーク等が安定して使えるようになったらよいよお箸へ移行します♪お箸へ移行する時には、子どもたちに合ったお箸を用意してあげてください(*ω*)

○お箸の正しい持ち方○



《適した長さ》
 子どもの手の大きさより、2~3cmくらい長い箸が子どもにとって使いやすい長さといわれています。



《適した形》
 丸い箸は、挟んだものが滑りやすい為、四角い形の方が使いやすくお勧めです。
 ☆お箸の先に刻みやざらざらした部分があれば、滑りにくく使いやすいさもUPです

