

## 食事の時間を楽しく



みらいこども園では、「食事は楽しく食べる」を心がけています。大好きなお友だちや先生と話しながらかける時間はとても楽しそうです。

食事のマナー(姿勢や食具の練習など)の指導や苦手なものをチャレンジするときも楽しく誘えるように保育者は工夫して声をかけています。

毎日給食時間にクラスを回っていると、時には食べるテーブルの位置を変えて特別な雰囲気食べていたり、5歳児はいつもはグループですが好きな人と食べていいよの日があったりとちょっとしたお楽しみをしていることがあります。

給食の献立もみんなが大好きなメニューの時は園全体でウキウキした雰囲気があり、子ども達も嬉しい気持ちを伝えてくれます。

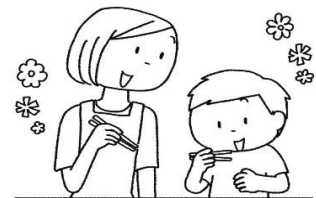
子どもたちとの会話でも、「おうちではね・・・」とご家庭の食事の風景やおいしい話をたくさん聞きます。楽しい食事の時間を大切にしたいですね。



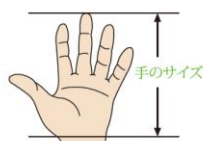
### お箸の選び方

みらいこども園では、4・5歳児はご家庭からお箸を持参して頂いています。

お気に入りのものを選んでよいのですが、まだ上手に使えない子どもたちには、使いやすいものが優先条件です。素材は竹や木製で先端に滑り止めが付いているものがつかみやすいです。また長さはお子さんの手の長さ+3cmとされています。



手の大きさと  
箸サイズの  
目安表



手の大きさ	10.2cm	11cm	11.8cm	12.5cm	13.3cm	14.1cm
お箸のサイズ	13cm	14cm	15cm	16cm	17cm	18cm
年齢による目安	~2才	~4才	~5才	6才	~8才	10才



### 1年を振り返って...

今年度も毎日の給食の時間、クッキングや行事などで子どもたちと「食」を通して過ごしてきました。

おいしいと感じている顔やできた時の達成感の顔、苦手なものにチャレンジしている顔などたくさんの子どもの表情に触れました。一人一人が成長し、変化していることに喜びを感じます。また来年度も子どもたちの「食」に寄り添いたいと思います。