



# ぽかぽか

2022 11月号 きらきらルーム



## ♪ はんぶんこ ♪

はんぶんこ！とお話しながら、使ったおしぼりや、脱いだお洋服、スモックを畳む練習をしています。おしぼりは上手になり、半分に畳んだ後にのりまき〜！と言いながら上手に巻きケースに入れるお友達がふえてきましたよ！お洋服やスモックを畳む時には、お母さんみたい！と洗濯ものをたたむお母さんになりきっています。



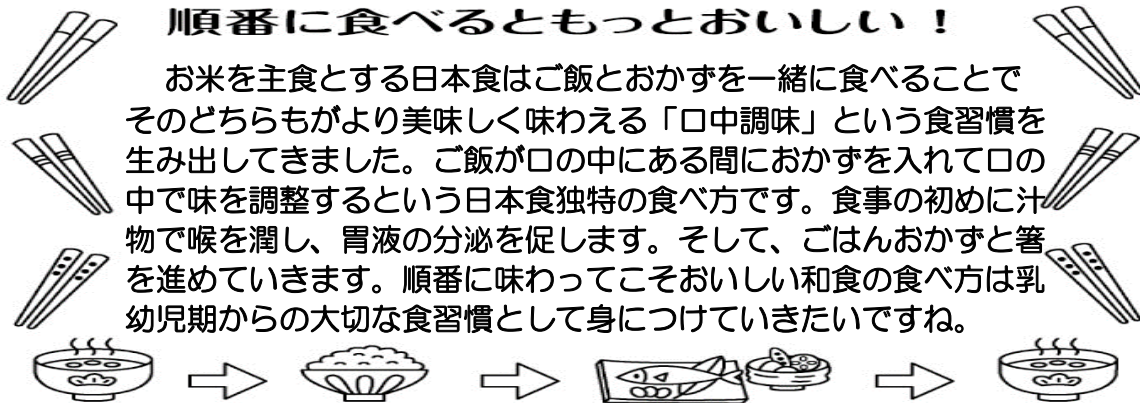
## 生活の中で数の体験を！

年齢を聞くと、3歳！と三本の指を立てる子ども達。数遊びも行いながら1から20、少し難しい30まで大きい数を唱える練習もしています。数と物(量)が一致するのは3つから5つですが毎日の生活の中で、お手伝いを頼む時にはお皿2枚取ってね！など数を意識できる言葉かけを心掛けています。お家でもお話しして頂けると、より興味も広がると思います。



## 順番に食べるともっとおいしい！

お米を主食とする日本食はご飯とおかずを一緒に食べることでそのどちらかがより美味しく味わえる「口中調味」という食習慣を生み出してきました。ご飯が口の中にある間におかずを入れて口の中で味を調整するという日本食独特の食べ方です。食事の初めに汁物で喉を潤し、胃液の分泌を促します。そして、ごはんおかずと箸を進めていきます。順番に味わってこそおいしい和食の食べ方は乳幼児期からの大切な食習慣として身につけていきたいですね。



爪のお手入れを宜しく  
お願いします。

## 今月の歌

♪きくのはな♪くだもの列車



## ありがとうございました。

お忙しい中、スポーツフェスティバルに参加頂き有難うございました。競技やアトラクションをお楽しみ頂きましたでしょうか。限られた時間ではありましたが、少しでも楽しい思い出の一枚になって頂けると嬉しく思います。