

# すくすく

2022年 6月 あいあいルーム



## 6月は食育月間です



食育月間は豊かな人間性を育み、生きる力を身につける事を目標に設けられました。クラスでは、食べることに興味を持つ事や、お友達との関りを大切にしながら食事を楽しめるようにしています。いただきます！ごちそうさまでした！の挨拶や、かみかみもぐもぐと話しながら食事をしています。噛むことで味覚や脳の働きもよくしてくれます。



今月の歌  
♪かえるの歌  
♪かたつむり

## 食べる量が気になったら

食べる量には個人差がありますが十分な栄養を取れるよう気を付けたいですね。子どもの食の細さが気になる時はおなかがすくことを実感させるのが一番です。園では、沢山体を動かして遊ぶことで、1.おなかがすく→おいしく食事をする→ぐっすり気持ちよく眠る、のサイクルを作る事を大切にしています。



## お返事はいい！

今月は、お返事が出来るようになることが目標です。お名前を呼ばれると手を挙げる事が出来るようになってきました。全員が出るようになると嬉しいです。

## 1歳のお友達

生活の中で、何でも自分でやりたい！という気持ちがみられるようになってきました。スプーンを自分で持って食べたい、！靴をはきたい！ズボンを脱ぎたい！等々。ズボンをお尻まで引き上げる事や、靴下を履くことは未だうまく出来ないこともあります。そっと手を添えてはかせてあげながら援助しています。できたことを沢山褒めて、次もやってみよう！というステップへと、つなげていますよ。

## 0歳のお友達

歌遊びでは、一本橋こちょこちょ、やちょちょちあわわ、等のわらべ歌遊びをしています。わらべ歌遊びは、コミュニケーションの土台を培う遊びといわれています。あやしてもらって心地良さが人と関わる事への期待へつながり、自分から、働きかけ様とする力を育みますので、これからもたくさんの歌を伝え、楽しませていきたいと思えます。

## はだしで遊ぼう！

お子さんの足の裏に、「つちふまず」はありますか？つちふまずは、衝撃吸収や、体のバランスをとるセンサーの役割があるといわれています。つちふまずが形成される今の時期に足の裏から沢山の刺激を受ける事がダイレクトに脳につながり、脳の発達や、土踏まずの正しい形成につながります。園では、お外遊びもはだしで行い、沢山の刺激を与えています！

