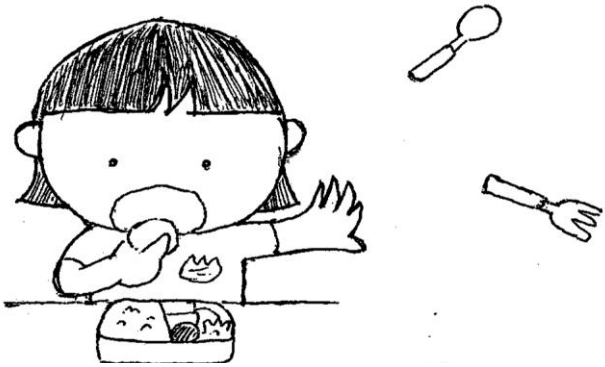


食事編①

手づかみ食べが多く、食具を使わない子って



どんな時？こんな理由かな？

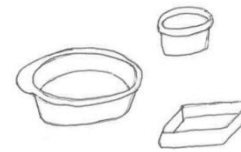
- 手で色々なものに触れることが好き。
- 手首や指先の動きが未熟で食具が上手く使えない。
- ▲まだ手づかみ食べが必要な段階。

こんな支援が助かります！

- スプーンや食器を工夫する。

スプーンの柄を太くする・握りやすい目印が付いている・すくいやすいように 角が立っている食器を使う

- ▲手づかみ食べを見守る。



食事のヒント

- ・色々な素材に触れたり指先に力を入れる遊びをたくさんすることで手の動きが上達し道具を扱いやすくなるでしょう。（例：砂や粘土、スライム、水遊びなど）
- ・食事以外の場面で遊びの中でスプーンやフォーク、箸を使ったごっこ遊び等を通じて、食具操作に慣れておくと良いでしょう。
- ・手づかみ食べは、お子さんの発達で大切な経験です。さまざまな食べ物の感触を感じることで、指先の感覚を育てたり、口と食べ物の距離感を学びます。これらを繰り返し経験すると、徐々に滑らかな動作になります。スプーンや箸の操作はこの延長線上にあります。