



草笛学園 No.2 2023年 12月

今年も残すところあと1ヵ月になろうとしていますね。長かったような、あっという間だったような…みなさん、それぞれに思うことがあるのだらうと思います。より一層手洗い・うがいをして予防に努め、元気に残り1ヵ月を過ごしたいですね。



## \* みんなと食べる食事のおいしさ \*

ムラ食い、あそび食い、なんとかしたいとは思いますが、叱ってもおだてても、なかなか子どもは食べてくれません。そんな時、食事の基本に立ち戻ってみましょう。

食事は本来、おなかが空いているからおいしく食べられるものです。ハイキングなどで食べるオニギリのおいしさは格別です。

毎日の食事において、子どもは空腹を感じているのでしょうか。朝食の場合、ギリギリまで寝かせておいてすぐ食事というのでは、子どもは空腹を感じにくいものです。目をさましてすぐは脳が十分に覚醒していないので、空腹感も目ざめていません。身体を動かしているうちに目がさめてくると空腹感もめざめてくるのです。

食事前に、しっかり目をさますだけの“ゆとり”の時間があるでしょうか。おなかが空いていれば、食事への要求は強まってきます。

家族みんなで食事を楽しむためには、食欲とともに、“みんなといっしょに食べたい”という思いの育ちが求められます。食事の前に“みんな”に気持ちがむくような“ひととき”があるでしょうか。食事前に父母が軽くあそんでやると、子どもは「オト～サンスキ、オカーサンスキ」と父母に気持ちをむけるようになり、父母とともに食べたいという思いをふくらませはじめます。

忙しい朝の時間ですが、夫婦で協力して、子どもとあそび“ゆとり”をつくってください。

～中略～

そういう意味では、食事の問題は、食事だけのこととしてでなく、生活全体のなかの食事、

楽しい暮らしのなかでの食事として考えていきたいものです。

そして、食事においても、主人公として参加できるように、家族の一員として力を発揮する機会をつくりましょう。食器を運ぶ、テーブルをふくといったお手伝いや、料理への参加を、意識的に位置づけましょう。

参考文献：近藤 直子 著「ぐんぐん伸びろ 発達の芽」

### ◎ 1月のさくらんぼ教室のお知らせ◎

さくらんぼ①：1月11日（木）13：00～

さくらんぼ②：1月25日（木）13：00～

活動・・・『やまのぼり』

持ちもの・・・動きやすい服装、着替え（必要な人）、水筒、シューズ  
保護者の方も動きやすい格好でお願いします。

### 『参加される皆様へ』 ～ご協力をお願いします～

- ・お休みをされる場合は、学園までご連絡ください
- ・参加日はおやつ代100円です。製作やクッキングの活動の時には、材料費として100円頂きます。その都度連絡いたします。
- ・活動は主に、草笛学園遊戯室での活動となります
- ・水分補給のため、お茶を用意して下さい（ジュース類は控えてください）
- ・きょうだい児の参加はご遠慮ください。預け先がない場合は事前にご相談ください
- ・トラブルによるケガ防止のため、参加前に爪を必ず切ってきてください
- 【感染症対策について】（※国の方針に準じて対策を見直しています）
- ・参加者・職員共にマスクの着用は自由とします。但し、クッキングの際やその時々の感染状況を見て着用をお願いする場合があります。
- ・原則大人1名・子ども1名の参加をお願いしてきましたが、今後はその限りとはしません。但し、グループによっては参加者が多い場合がありますので、担当職員にご相談下さい。
- ・入室前の検温・申告は不要ですが、朝の検温等、引き続き体調管理をお願いします。37.5度以上の発熱がある時は参加をお控えください。
- ・園内の換気や消毒は引き続き続けます。