

きゅうしょくだより

はし名人になろう！！



『正しくはしを持って食べること』は食べやすいだけでなく、見た目も美しく、食事をおいしく食べるための基本的なマナーのひとつです。

上手に使えるようになるまでには個人差がありますので、焦らずに上達を楽しみながらおうちでも練習していきましょう。

STEP1 スプーンを上手に持ってみよう



★スプーンやフォークが指3本で持てるようになったらはしに移行していきましょう。

STEP2 はしを持ってみよう



★はしとはしの間から
中指が顔を出します。

★下のはしは動かしません。

【はしを上手に持てるようになるために】

はしを持つには指の力を細かく調整する必要があるため、手指を使う遊びがおススメです。指をバラバラに動かす遊びを取り入れてみましょう。



★手遊び



★シール貼り



★おもちゃごと



★折り紙



おうちの方が正しく
持ち、一緒に練習し
てみよう！

●長い目で気長に見守り、上手にできたらたくさんほめてあげましょう。



食材をはしでつまみやすい大きさにしたり、木製の滑りにくいはしを選ぶことも大切です！まずは「はしで食べられた！」と自信をつけてあげましょう。