



りすぐみだより

～1歳児～

R6. 10. 1

厳しかった残暑もようやく終わりを迎え、過ごしやすい季節になってきました。戸外あそびや散歩に出かける機会も増え、子ども達は元気いっぱい、お友達や保育者と一緒に身体を動かして遊んでいます。

たくさん身体を動かして遊んだ後の子ども達は、お腹がペコペコ。「給食出来たよ～」の声かけで、嬉しそうに自分の席に座っています。少し前までは手づかみ食べが主だった子ども達も、最近では食具をしっかりと握って、刺したりすくったりして食べられるようになってきました。また、これまで口にしなかった食材を、繰り返しの中で食べられるようになってきた子もいれば、反対にこれまで口にしていた食材を避けるようになった子もいます。これは、1歳半～2歳頃になると味覚を構成している五味（甘味・旨味・塩味・酸味・苦味）を区別出来るようになり、味の好みが生まれるためです。また、これに自我の育ちも加わり、気分によって食べたり食べなかったりするムラ食いや、緑の野菜はイヤなど特定の色などにこだわり、食材を選び好みする姿も見られたりします。味覚は3歳頃までに土台が出来ると言われているため、園では、「1口食べてみよう」と声をかけ、その食材の味や食感に触れることを大切に、継続する中でその食材に慣れていけるようにしています。また、おいしさは味だけで判断するのではなく、食事の時の環境や身体の状態などあらゆる情報が積み重なって判断すると言われています。お友達と一緒に食べたら楽しくておいしかった、お友達や保育者が「おいしい」と言っているから食べてみようなど、子どもが自発的に食べてみたいと思えるよう、食事の時の雰囲気づくりも心がけています。ご家庭での食事も、食べないから出さないではなく、大人がおいしそうに食べているところを見せたり、味や食感を伝えながら、いろいろな食材に触れる機会を作っていけるといいですね！

そして、今月は運動会です。このいろいろな食材を食べようとする子ども達の姿を競技に取り入れて、保護者の方にも参加していただきながら、子ども達の成長を共に感じる一日になるといいなと思っています。

〈今月のねらい〉

- ・探索活動をしたり、体を様々に動かしながら遊ぶ。

〈活動予定〉

- ・戸外あそび ・散歩（近隣の公園、園まわり） ・本園分園交流
- ・運動あそび（巧技台など） ・製作



お願いとお知らせ

- ・衣替えの季節です。少しずつ自分で着脱に取り組むようになってきているので、お子さんが着脱しやすい洋服（伸縮性があるもの、ゆとりがあるもの）の準備をお願いします。また、記名の確認も忘れずをお願いします。
- ・10月19日（土）は運動会です。りすぐみは、親子競技に参加します。競技が終了しましたら解散となり、その後の参加は自由です。



10月生まれのお友だち

おめでとうございます！