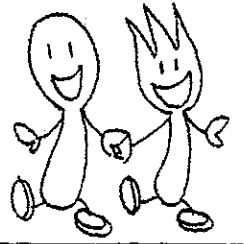
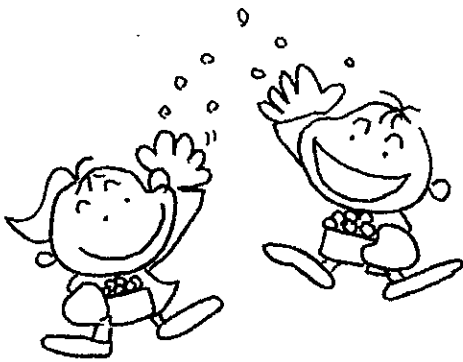


きょうくだよ

2010年度
2月



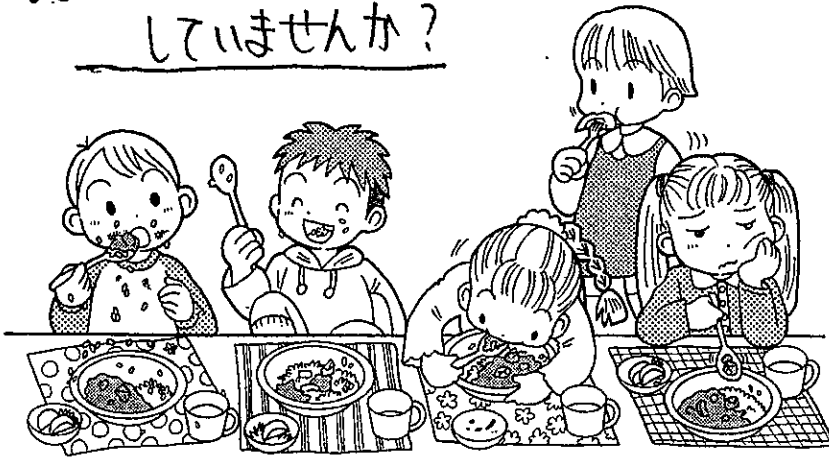
<栄養士> 遠藤 伽知子



食事のマナーを見直してみよう

食事のときに、なかなか上手に食べられない子どもでも、
ちょっとしたきっかけから改善できることもあります。楽しい
食事時間を過ごす為に、見直してみよう。

✿ このような食べ方を
していませんか？



- ・食べることに集中していない
- ・ひざについて食べている
- ・食べこぼしが多い
- ・食べもので遊んでしまう
- ・片ひざを立てて食べている
- ・ふさげながら食べている
- ・歩きながら食べている

このような時

- ・一人で食べているかいないか？
- ・お腹が空いているか？(間食をし過ぎてないか？)
- ・座るイスや姿勢はどうか？

など 見直してみよう。

毎日の声掛けが大切だよ！



季節の変わりめは天候が不安定な為、病気にかかりやすく その悪い鬼(邪気・病
気)を豆まきをして追払い清めます。焼嗅(ヤカガシ)を食べるのも 鯨で鬼が臭
いで近づかないように、ヒナギでトゲで鬼の目を刺して家の中へ侵入しない
ようにする為です。